

"OLIS NIIN HAUSKAA OLLA JOUKON MUKANA"

Kotona omatoimisesti asuva ikääntyvä gerontologisen sosiaalityön määrittäjänä

Sosiaalityön erikoistumiskoulutuksen
lisensiaatintutkimus

Kuntouttavan sosiaalityön erikoisala

Anita Kostiainen

Tammikuu 2010

Sosiaalitieteiden laitos, Turun yliopisto

TURUN YLIOPISTO, Sosiaalitieteiden laitos

KOSTIAINEN ANITA: "Olis niin hauskaa olla joukon mukana": kotona omatoimisesti asuva ikääntyvä gerontologisen sosiaalityön määrittäjänä.

Lisensiaatintutkimus, 148 s., 5 liites.

Sosiaalityön erikoistumiskoulutus, kuntouttavan sosiaalityön erikoisala
Tammikuu 2010

Tutkimuksen tarkoituksena oli kehittää gerontologista sosiaalityötä määrittämällä sen asiakaslähtöistä sisältöä. Teoreettisina lähtökohtina olivat toiminnan teoria, sosiaalinen ikääntyminen ja ikääntyvän voimavarat. Tutkimuksessa haastateltiin kuutta kotona omatoimisesti asuvaa ikääntyvää ja kahta vanhusten vapaaehtoisista lähimmäisistä muodostettua fokusryhmää. Haastattelulla saatiin tietoa vapaaehtoisista ja 65–94-vuotiaiden ikääntyvien arjesta. Haastatteluaineisto analysoitiin laadullisella sisällönanalyysillä aineistolähtöisesti tutkimuksen teoreettisiin valintoihin tukeutuen.

Ikääntyvä kohdattiin aineistossa toimijana. Hänelle tärkeä toiminta liittyi kodin ylläpitämiseen, asioiden hoitamiseen, fyysiseen ja psykososiaaliseen hyvinvointiin, omaan edunvalvontaan sekä päätöksentekoon vaikuttamiseen. Toiminnalla oli ikääntyvän hyvinvointia lisäävä sisäisesti voimavaraistava merkitys. Toimintaa tukeviksi ympäristötekijöiksi aineistossa muodostuivat liikkumiseen, asumiseen ja palveluihin liittyvät ratkaisut, mahdollisuudet psykososiaaliseen osallisuuteen ja itsensä toteutukseen, vapaaehtoinen toiminta, ikääntyvän asemaan ja osallisuuden liittyvä äänen kuuluville saaminen sekä tiedottaminen.

Gerontologinen sosiaalityö määrittyi tutkimuksessa ikääntyvän toimijuutta kokonaisvaltaisesti tukevaksi hyvinvointityöksi, jonka kolme keskenään vuorovaikutuksessa olevaa tasoa ovat: ikääntyvän sujuvan toiminnan perustarpeiden turvaaminen, toiminnan tukeminen sekä vaikuttaminen ikääntyvien voimavaraistumisen kannalta tärkeän pääoman karttumiseen. Sosiaalityön orientaatioina nämä tasot ovat ymmärrettävissä voimavara lähtöiseksi yksilö-, yhteisö- ja rakenteelliseksi sosiaalityöksi. Laajassa holistiseen ihmiskäsitykseen perustuvassa hyvinvointityössä gerontologisen sosiaalityöntekijän erityisenä tehtävänä on sosiaalisen edistäminen. Tämä merkitsee yksilötyön lisäksi ikääntyvien sosiaalisten verkostojen, yhteisöllisyyden ja toimintamahdollisuuksien vahvistamista, ikääntyvien aktivointia etujensa puolestapuhujiksi sekä vaikuttamista sosiaaliseen pääoman ja turvallisuuden lisäämiseksi.

Gerontologista sosiaalityötä kehittämällä toteutetaan ikääntymispoliittista tavoitetta ikääntyvien omaehtoisesta kotona asumisesta.

Asiasanat: gerontologinen sosiaalityö, ikääntyvä, kotona asuminen, sosiaalinen ikääntyminen, toimijuus, voimavaraistuminen

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	6
2 GERONTOLOGINEN SOSIAALITYÖ	10
2.1 Historia on nykyisyydessä	10
2.2 Muotoutumisesta kehittämiseen	14
2.3 Määritelmät sekä arvo- ja tietoperusta	18
2.4 Tehtävät, osaaminen ja orientaatiot	22
3 IKÄÄNTYVÄ SOSIAALISENA TOIMIJANA	28
3.1 Toimintateoreettinen lähtökohta	28
3.2 Sosiaalinen ikääntyminen	31
3.3 Toimintakyky ja toimijuus	35
4 IKÄÄNTYVÄN TOIMIJAN VOIMAVARAISTUMINEN	41
4.1 Voimavarojen pääomavaranto	41
4.2 Koti ja asuinympäristö voimavarojen areenana	46
4.3 Voimavaraistava empowerment	49
5 TUTKIMUKSEN TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET	55
6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	57
6.1 Metodologiset lähtökohdat	57
6.2 Tutkimusmenetelmä	59
6.2.1 Avoin haastattelu	59
6.2.2 Fokusryhmähaastattelu	60
6.3 Kohderyhmä	62
6.3.1 Haastateltavien valinta	62
6.3.2 Fokusryhmien osallistujat	64
6.4 Tutkimusaineiston keruu	65
6.4.1 Kotona asuvien ikääntyvien haastattelut	65
6.4.2 Fokusryhmät keskustelevat	68
7 AINEISTON ANALYYSI	71

8 TOIMIJUUS ON ELÄMÄÄ	76
8.1 Varo sanomasta vanhaksi!	76
8.2 Toimijuus kuin flammattua lankaa	79
8.3 Valintoja ja kompensointia	84
8.4 Toiminta palkitsee tai ei suju	85
9 TOIMIJUUTTA VOIMAVARAISTAVA YMPÄRISTÖ	88
9.1 Voimavaraistavat tunteet	90
9.2 Liikkuminen	91
9.3 Asuminen	92
9.4 Palvelut	94
9.5 Psykososiaalinen osallisuus ja itsensä toteutus	96
9.6 Vapaaehtoinen toiminta	99
9.7 Ennakoiva tuki	100
9.8 Ääni kuuluville	102
9.9 Tiedottaminen	105
10 GERONTOLOGINEN SOSIAALITYÖ VOIMAVARAISTAJANA	107
10.1 Kokonaisvaltaista hyvinvointityötä	107
10.2 Sosiaalisuuden edistämistä	114
11 POHDINTA	122
11.1 Tutkimusprosessin arviointi	122
11.2 Tulosten yhteenveto ja tarkastelu	125
12 TÄSTÄ ETEENPÄIN	133
LÄHTEET	135
LIITTEET	
LIITE 1: Kutsu haastatteluun	149
LIITE 2: Kutsu haastatteluun, vapaaehtoiset	151
LIITE 3. Haastattelujen toteutus	153

TAULUKOT

TAULUKKO 1. Ikääntyvien elämää haittaavat vaikeat tilanteet ja sosiaaliset ongelmat

TAULUKKO 2. Kotona omatoimisesti asuvan ikääntyvän toiminta

TAULUKKO 3. Kotona omatoimisesti asuvan ikääntyvän palkitsevan ja sujumattoman toiminnan voimavaraistavat merkitykset

TAULUKKO 4. Kotona omatoimisesti asuvan ikääntyvän toimijuutta voimavaraistava ympäristö

TAULUKKO 5. Kotona omatoimisesti asuvan ikääntyvän toimijuus Niemelän (2009, 218) inhimillisen toiminnallisuuden teorian kehyksessä

TAULUKKO 6. Kotona asuvien ikääntyvien haastattelujen toteutus

TAULUKKO 7. Fokusrhmähaastattelujen toteutus

KUVIOT

KUVIO 1. Toimijuuden modaliteetit ja kontekstuaalisuus (Jyrkämä 2007a, 207)

KUVIO 2. Tutkimustehtävä: Gerontologinen sosiaalityö kotona omatoimisesti asuvan ikääntyvän toimijuuden voimavaraistajana

KUVIO 3. Tutkimusaineiston analyysiprosessin vaiheittainen eteneminen

KUVIO 4. Gerontologinen sosiaalityö kotona omatoimisesti asuvan ikääntyvän toimijuuteen perustuva sosiaalisuuden edistäjänä

"Tajusin, että ollakseen onnellinen ihmisen on asetettava itselleen jokin tavoite; silloin pyrkiessään tavoitteeseen hän kokee onnen erikseen siitä huolehtimatta" (John Stuart Mill; sit. Leontjev 1977, 162).

1 JOHDANTO

Ikääntyminen ja vanhuus ovat näkyvästi esillä tiedostusvälineissä eri tieteenalojen tutkimuskohteina sekä koko yhteiskunnan, ja erityisesti sosiaali- ja terveydenhuollon haasteina. Gerontologia (geron = vanhus, logos = oppi) on tieteenala, joka tutkii vanhuutta. Sen osa-alueita ovat mm. geriatria, bio-, psyko- ja kasvatuserontologia, gerontologinen hoitotiede, geroteknologia ja sosiaaligerontologia. (Heikkinen 2008a, 16 – 17.) Sosiaaligerontologia on orientaatio, jossa vanhenemista lähestytään sosiaalisesta näkökulmasta. Ikääntynyttä ihmistä ei nähdä vain rappeutuvana kehona vaan toimivana subjektina ja elämäkerrallisena olentona, joka elää jossakin yhteiskunnassa ja yhteisössä. (Karisto 2007, 273.) Sosiaaligerontologinen tutkimus on 2000-luvulla kohdistunut myös gerontologiseen sosiaalityöhön. Simo Koskisen vuoden 1993 gerontologista sosiaalityötä koskeva väitöskirja ja hänen lukuisat aiheeseen liittyvät kirjoituksensa ovat hiljalleen saaneet seurakseen muidenkin tutkijoiden opinnäytetöitä ja kirjoituksia sekä kehittämishankkeita. Niiden myötä gerontologinen sosiaalityö käsitteenä on tullut tutuksi vanhustyössä ja on myös jalkautunut sosiaalipalveluna vanhustyön käytäntöihin, tosin vielä liian vähäisessä määrässä.

Lähes kahdenkymmenen vuoden ajan olen erilaisissa vanhustyön tehtävissä kehittänyt, opettanut, ohjannut sekä kohdannut eläkeläisiä, vanhusneuvostoja sekä iäkkäitä asiakkaita omaisineen. Kiinnostukseni tämän tutkimuksen teemaan on herännyt 1990-luvun puolessa välin toimintaympäristössä, jossa vanhustenhuollon sosiaalityön tekemisen paikat olivat ympärivuorokautisessa laitoshoidossa sekä ympärivuorokautisen hoidon SAS-toiminnassa¹. Sosiaalityö ja SAS kulkivat rintarinnan jälkimmäisen määrittäessä sosiaalityön sisällön ja mahdolliset käytännön toimintatapojen muutokset. Arvostin tätä

¹ SAS-toiminta (selvitä, arvioida, sijoita) on sosiaali- ja terveydenhuollon työmuoto, jonka tarkoituksena on selvittää ja arvioida vanhuksen toimintakykyä ja asumisen olosuhteita, kun kotona asuminen on vaikeutunut. SAS-toimintaa toteuttaa usein moniammatillinen SAS-ryhmä. Tilanteessa, jossa ympärivuorokautisia hoitopaikkoja on tarpeisiin nähden vähän, ryhmän tehtävänä on löytää ne vanhukset, jotka kipeimmin tarvitsevat pitkäaikaishoitopaikkaa laitoksessa tai ympärivuorokautisessa asumispalvelussa sekä tehdä esitys näiden vanhusten tarkoituksenmukaisesta sijoituspaikasta. SAS-ryhmälle muotoutuu tehtävänsä kautta arvokasta tietoa vanhuspalvelujen toimivuudesta ja puutteista, jota tietoa tulisi hyödyntää palvelujen suunnittelussa. (esim. Laatikainen 2009, 3 – 4.)

sosiaalityötä vanhuuden vaikeimpien hetkien, kodista luopumisen tai siellä selviytymisen tukijana, mutta samalla koin ratkaisematonta ristiriitaa kahdestakin syystä. Vanhuuden ikä ja elämä on laaja-alainen, se on muutakin kuin hoitopaikkajonoja ja laitoshoidossa olemista. Toisaalta vanhustenhuollon palvelujärjestelmä on vuosien myötä muuttunut entistä avoimempainotteisemmaksi antaen myös sosiaalityölle haasteen kehittyä.

Tutkimustulokset viittaavat siihen, että väestön toimintakyky on kaikissa aikuisten ikäryhmissä parantunut parin viime vuosikymmenen aikana. Jyväskylän yliopiston kohorttivertailututkimuksessa mm. todettiin 65–69-vuotiaiden henkilöiden terveyden kokemuksen ja toimintakyvyn parantuneen sekä aktiivisuuden lisääntyneen vuosina 1988, 1996 ja 2004 tehtyjen tutkimusten perusteella. Suuntauksen jatkuessa myös iäkkään väestön hyvinvointi paranee, kun pitenevän elinajan mukana kasvava toimintakykyinen elinaika antaa mahdollisuuksia elää aikaisempaa pitempään kunkin omien tavoitteiden ja toiveiden mukaisesti. (Heikkinen, Kauppinen, Salo & Suutama 2006, 213 – 214; Heikkinen 2008b, 405.) Perusteltua on tarkastella ihmisen elämäntulkua vaiheina, joissa lapsuutta ja aktiivista aikuisuutta seuraa kolmas ikä, joka on eläkkeelle siirtymisen ja lasten kotoa lähtemisen aikaa sekä neljäs ikä, joka merkitsee varsinaista vanhuutta, muista riippuvuutta sekä hoidon tarpeen lisääntymistä. Elämänvaiheet eivät välttämättä määräydy kronologisen iän perusteella, mutta kolmas ikä katsotaan useimmilla olevan ikävuosien 55/60 – 80/85 välillä. (Laslett 1989, Vilkon 2000, 77 mukaan; Marin 2002, 115.)

Toimintakykyisten vuosien lisääntyminen näkyy myös valtakunnallisessa strategiaohjauksessa. Tärkeänä tavoitteena pidetään, että mahdollisimman monen tulisi voida elää itsenäisesti omassa kodissaan tutussa ympäristössään. Laadukkaan elämän kannalta tärkeinä korostetaan ikäihmisten mahdollisuuksia toimia aktiivisesti sekä kehittää taitojaan, taitojaan ja itsehoitotaitojaan. Kotona asumisen päämäärä ei ole vain kustannusten säästämiseen tähtäävää politiikkaa, sillä suurin osa ikäihmisistä haluaa asua kotona mahdollisimman pitkään, ympäristössä, joka on tuttu ja edustaa omaa identiteettiä (esim. Peace, Dittmann-Kohli, Westerhof & Bond 2007, 13). Strategisen ohjauksen linjaukset näkyvät vanhustyön kannalta tärkeässä laatusuosituksessa. Vuonna 2001 annettu Ikäihmisten hoitoa ja palveluja koskeva laatusuositus ohjeisti kuntia laatimaan vanhuspoliittiset strategiansa. Uusitussa, vuonna 2008 annetussa ikäihmisten palvelujen laatusuosituksessa vanhenemista yhteiskunnassa tarkastellaan selkeästi edellistä laajalaisemmin ottaen huomioon hoivapalveluja tarvitsevien vanhusten rinnalla myös kol-

matta ikää elävät ikäihmiset. Laatusuosituksessa vanhuspolitiikka on korvautunut ikään-
tymispolitiikka -käsitteellä. (Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö & Suomen Kuntaliitto 2001,
2008.)

Vaarana on, että kolmannen iän kansalaiset määritellään ryhmänä omillaan toimeentu-
leviksi näkemättä yksilöllisiä eroja. Ajoissa ei havaita niitä tekijöitä, jotka vaikeuttavat
ja vaarantavat kotona asumista, kuten dementoivia sairauksia, psykososiaalisia tekijöitä,
omaishoitajuuteen ja omaisiin liittyviä, esimerkiksi kaltoinkohtelun ongelmia tai asumi-
seen liittyviä puutteita (Laatikainen 2009, 20 – 22). Heikkoutena lisäksi on, että asiak-
kaan itsensä näkökulmaa kysytään harvemmin. Hänet ymmärretään yleistettynä olento-
na, vaikka puhutaankin asiakkaan ainutlaatuisuudesta. Palveluiden järjestäminen mää-
räytyy edelleenkin hallinnon ja järjestelmän näkökulmasta, ylhäältä alas katsoen sekä
ehtoja asettaen. Asiakasnäkökulma on usein ongelmakeskeinen: vanhus on esimerkiksi
karkaileva, harhainen, aggressiivinen, päihdeongelmainen, sairautentunnoton tai yhteis-
työhaluton. (Pohjola 1993, 57 – 59, 65 – 66.) Myös vanhustutkimus on usein ongelmakes-
keistä ja näkökulmat palvelujärjestelmästä lähtöisin (Andersson 2007, 17).

Gerontologista sosiaalityötä koskevat tutkimukset ovat perustuneet pääasiassa kirjalli-
suuteen tai sosiaalityöntekijöiden haastatteluihin. Tutkimukseni tarkoituksena on kehit-
tää kotona asuvien ikääntyvien gerontologista sosiaalityötä haastatteleamalla ikäihmisiä
sekä määrittämällä heidän elämäntilanteistaan lähtevää sosiaalityön sisältöä. Lähesty-
mistapa on asiakaslähtöinen ja näkökulmani on ehkäisevä vanhustyö. Kiinnostukseni
kohdentuu sellaisiin kotona asuviin ikääntyviin, jotka itse tuntevat tarvitsevansa jonkin-
laista ulkopuolista apua, mutta ovat palvelujärjestelmän näkökulmasta liian hyväkuntoi-
nen saadakseen edes kotihoiton tukipalveluja. Tässä mielessä haastatteluaineiston
ikäntyvät elävät kolmatta ikäänsä.

Tutkimuksen taustaosuuden jäsenmän kolmeen teemaan: gerontologinen sosiaalityö lu-
vussa 2, ikääntyvä sosiaalisena toimijana luvussa 3 sekä ikääntyvän toimijan voimava-
raistuminen, sisältäen sosiaalityön empowerment -orientaation luvussa 4. Keskeiseksi
teoriaksi tutkimusprosessin aikana muotoutuu toiminnan teoria ja erityisesti näkemys
siitä, että ihmisen toiminnallisuus on hänen hyvinvointinsa perusta. Gerontologisen so-
siaalityön ymmärrän hyvinvointityöksi, jonka tehtävänä on edistää ikääntyvän voimava-
rojen, ympäristön ja hänen toiminnalleen asettamiensa tavoitteiden keskinäistä tasapai-
noa. Tutkimuksen taustaosuudesta nousee kolme tutkimuskysymystä: 1) Millaista on

kotona omatoimisesti asuvan ikääntyvän toimijuus? 2) Millainen on kotona omatoimisesti asuvan ikääntyvän toimijuutta voimavaraistava ympäristö? sekä 3) Millaista on kotona omatoimisesti asuvan ikääntyvän toimijuutta voimavaraistava gerontologinen sosiaalityö? Vastaukseni kysymyksiin perustuvat kotona omatoimisesti asuvien ikääntyvien sekä heidän vapaaehtoisten lähimmäisten ja ystävien haastatteluihin. Haastatteluaineiston analysoin abduktiivisesti sisällönanalyysillä - aineistolähtöisesti, mutta tukeutuen tutkimuksen taustaosuuden teoreettisiin valintoihin.

Puheessa ja kirjoituksissa ovat yleistyneet käsitteet ikääntyvä, ikäihminen tai seniori tarkoittamaan 65 vuotta täyttänyttä, yhteiskunnallisen vanhuusiän saavuttanutta henkilöä. Useimpien ikäihmisten mielestä vanhus -nimitys kuvaa parhaiten elämänsä neljättä ikävaihetta (Suomen vanhuuspoliittinen tavoite- ja strategiatoimikunta 1994), eikä silloinkaan kronologinen ikä ole tärkeä, vaan yksilön kokemuksellinen tunne omista voimavaroistaan. Kantaa asiaan otti mm. eräs lähes yhdeksänkymppinen yksinasuva naishenkilö sanomalehden yleisönosastolla (Turun Sanomat 5.5.2009). Hän kirjoitti olevansa monisairas, rollaattoria ja keppiä käyttävä, mutta onnekas ja virkeä eläkeläinen, joka hoitaa itse taloutensa, kirjoittelee, tekee käsitöitä sekä käy kerhoissa. Tämä naishenkilö ihmetteli sanahelinää "ikäihminen", "ikäntynyt" ja "selkeästi vanhus" ja kertoi kirjoituksessaan olevansa vanha, mutta ei vanhus: vielä "On elämän nälkää". Tutkimuksessani käytän käsitettä ikääntyvä. Valinta perustuu normaaliin elämänsäajan kulumiseen ja ikääntymiseen, halusi ihminen sitä tai ei. Käsite sopii tutkimuksen kolmatta ikäänsä elävään kohderyhmään sekä viestittää haastateltavien voimavaroista ja kyvyistä. Tutkimuksen taustaosuudessa ikääntymiseen ja vanhenemiseen liittyvät käsitteet vaihtelevat kiinnittyen lähdemateriaalin käsitevalintoihin.

2 GERONTOLOGINEN SOSIAALITYÖ

2.1 Historia on nykyisyydessä

Gerontologinen sosiaalityö on kehittynyt sosiaalityön erityisalueeksi osana vanhustyön ammatillistumista. Sen muotoutumiseen ovat vaikuttaneet paitsi vanhuspoliittiset linjat myös sosiaalityön oma ammatillinen kehitys erilaisine suuntauksineen. Simo Koskinen (1993) tutkittuaan laajasti vanhussosiaalityötä koskevia kansainvälisiä ja suomalaisia kirjoituksia rajasi gerontologisen sosiaalityön muotoutumisen kolmeen vaiheeseen, joita ovat: esivaihe (v.1920 - 1940), muotoutumisvaihe (v. 1950 - 1960) sekä vakiintumisvaihe (1970-luvun alku – 1990-luvun alku). Nyt 2000-luvulla, gerontologinen sosiaalityö on ammatillisuuden ja moniammatillistumisen vahvistumisen vaiheessa (Ylinen 2008, 58).

Kirjoittelu oli aluksi Yhdysvallat -painotteista. Esivaiheessa sosiaalityö painottui psykiatrisesti sävyttyneeseen yksilötyöhön keskittyen nuorten ja keski-ikäisten perheitten ongelmiin. Vanhuksiin suhtauduttiin asiakkaina vähättelevästi. Kuitenkin Yhdysvalloissa esiintyi jo 1920 - 1930-luvulla kirjoittelua, jossa korostettiin vanhusten yksilöllisyyttä, heterogeenisyyttä ja monipuolisia tarpeita. Näkökulma korosti vanhuuden menetyksiä ja oli lääketieteellisesti painottunutta, mutta myös sosiaalityöllä katsottiin voitavan auttaa vanhusasiakkaita. Muotoutumisvaiheessa 1950 - 1960-luvulla ilmestyi artikkeleiden lisäksi joitakin vanhussosiaalityötä käsitteleviä teoksia. Lääketieteellinen vanhuskäsitys alkoi väistyä ja sosiaalityössä otettiin enemmän huomioon sosiaaligerontologisia tutkimustuloksia. Vanheneminen ja vanhuus nähtiin omana inhimillisenä kehitysvaiheena. Varsinkin 1960-luvulla alettiin korostaa vanhojen ihmisten asemaa perheessä sekä heidän perhesuhteitaan ja muita ryhmäjäsenyyksiään. Yhdysvalloissa yleistyi jo 1950-luvulla yksilöllisen sosiaalityön rinnalle vanhusten parissa tehtävä sosiaalinen ryhmätyö ja 1960-luvulle siirryttäessä vanhustyössä sovellettiin yhdyskuntatyötä. (Koskinen 1994a, 11 - 12.)

Vakiintumisvaiheessa 1970 - 1980 -luvulla ilmestyi runsaasti Yhdysvalloissa, ja myös Englannissa ja Saksassa vanhusten kanssa tehtävän sosiaalityön oppikirjoja. Lisäksi sosiaalityön, sosiaaligerontologian ja vanhuspolitiikan oppikirjoissa annettiin vanhusosiaalityölle sijaa. Sosiaalityön vanhuskäsityksessä alkoivat korostua sukupolvien väli-

set suhteet, vanhat ihmiset vaikuttajina sekä elinikäisen sosialisoinnin käsitys. Vanhukset nähtiin eri-ikäisinä yksilöinä erilaisine tarpeineen. Vanhuutta ei mielletty enää pelkästään menetyksinä, vaan alettiin korostaa työskentelyä vahvuuksien tukemiseksi. Huomiota kiinnitettiin naisvanhuksiin, etnisten vähemmistöjen vanhusten tarpeisiin sekä ikääntyneiden perhe-, seksuaali- ja päihdeongelmiin. Työskentely dementoituneiden vanhusten ja heidän omaistensa kanssa koettiin haasteena. Sosiaalityön työalueina nähtiin laitosten ja sairaalan rinnalla avopalvelut sekä avo- ja laitoskontekstien väliset suhteet. Keskeinen teema oli sosiaalityöntekijän rooli moniammatillisessa vanhustyön tiimissä, jossa sosiaalityöntekijän odotettiin toimivan tiimin koordinoijana. Käsite gerontologinen sosiaalityö vakiintui Yhdysvalloissa käyttöön 1970-luvun lopulla; kehitystä edesauttoi sosiaalityön koulutukseen liitetty gerontologinen tieto. Pohjoismaissa gerontologisen sosiaalityön käsite yleistyi 1980 - 1990 -luvulla. (Koskinen 1994a, 11 - 12.) Suomalaisessa vanhustyössä käsite on saanut näkyvämpää jalansijaa vasta 2000-luvun alussa. Akateemisena käsitteenä sitä on vierastettu käytännön työssä. Synonyymeinä on käytetty ja käytetään edelleen käsitteitä vanhussosiaalityö, sosiaalityö vanhusten tai ikäihmisten kanssa tai vanhustenhuollon sosiaalityö (Koskinen 2003a, 351; 2008, 436).

Mirja Satka (1997) erottaa suomalaisen sosiaalityön historiassa kolme tieteellistämisen vaihetta, jotka ovat kansalaissodan ja 1930-luvun talouslaman jälkeinen sosiaalityön juridisoituminen, 1940-luvun sotavuosia seurannut sosiaalityön psykologisoiminen sekä 1970-luvun lopun tutkinno uudistus, "ammattien tieteellistäminen", jossa sosiaalityö kiinnitettiin yhteiskuntatieteelliseen tiedeperustaan ja koulutusalaan. Vaiheista ensimmäinen, juridisoituminen liittyi huoltolakien säätämiseen. Sosiaalialalle luotiin tällöin luotettava hallintokoneisto, byrokratia: ihmisiä käsiteltiin oikeudellisten muotonormien edellyttämällä tavalla ja virkamiehen ammatillisuus perustui huolto-prosessin asiakirja-osaamiseen. Huoltolaki yksinkertaisti ihmisten elämäntilanteita ja alisti kansalaisia, josta seurasi tarve sosiaalityön ammatillis-menetelmällisen tietoperustan kehittämiseen. Sodanjälkeisiä arkielämän ongelmia lähestyttiin psykologisesti sosiaalityön tukeutuessa psykodynaamisiin teorioihin sekä Yhdysvalloista Suomeen tuotuun "social case work" -iin. Teoriat rajasivat ja tulkitsivat arkielämän moninaisuutta, mutta jäsentäessään systemaattisesti työn kohteen ja metodin ne tarjosivat suomalaiselle sosiaalityölle perustan itsenäisenä professiona. Sosiaalityön tiedeperusta ja koulutus hahmoteltiin 1970-luvun lopun tutkinno uudistuksessa. Sosiaalityöntekijöistä alettiin kouluttaa yhteiskuntatieteilijöitä, joiden tiedeperusta oli sosiaali- ja yhteiskuntapolitiikassa. (Satka 1997,

28 - 32.) Keskustelun teemoiksi nousivat 1980-luvun puolessa välin sosiaalityön ammatillisten menetelmien ja organisaatioiden tutkiminen ja kehittäminen. Keskiöön nousivat kehittävän työntutkimuksen hankkeet sekä sosiaalityön käytäntöjen perustutkimus. (Meltti 2004, 394 - 395.) 1990-luvulla sosiaalityön sosiaalipolitiikkayhteys kyseenalaistettiin ja sosiaalityö eriytettiin yliopistoissa omaksi tieteen- ja tutkimuksen alakseen (Koskinen 2003a, 352; 2008, 437). Gerontologisen sosiaalityön kannalta on ollut merkittävää, että vuonna 1999 Lapin yliopistoon perustettiin sosiaaligerontologian ja sosiaalityön professuuri, jonka tehtävänä on ollut kehittää gerontologisen sosiaalityön teoriaa sekä liittää gerontologista tietoa sosiaalityön koulutukseen (Koskinen 2007, 29 – 30).

Suomalaisen gerontologisen sosiaalityön muotoutumiseen vaikuttaneet vanhuspoliittiset linjaukset avautuvat Leena Paasivaaran (2004) ja Taina Rintalan (2003) tutkimuksissa. Paasivaara on analysoinut vanhuspoliittisia dokumentteja ja muodostanut niiden pohjalta kolme vanhuspolitiikan strategista vaihetta, joilla on yhtymäkohtia edellä esitettyihin sosiaalityön kehittymisen vaiheisiin. Nämä vaiheet ovat laitoskeskeinen vanhustenhuolto (v. 1950 - 1970), kehityskeskeinen palveluajattelu (v. 1970 - 1990) sekä tuloskeskeinen hoito ja palvelu (v. 1990 -). Laitospaikkojen runsaasta lisäämisestä seurasi palvelurakenteen monipuolistaminen avohuollon palveluilla. Vanhus haluttiin nähdä itsenäisenä, tasavertaisena ja toimivana subjektina ympäristössään. Vanhus -nimike sai rinnalleen "ikääntyneen", jolla tarkoitettiin lähinnä yli 65-vuotiaita henkilöitä. Taustalla oli paitsi humaninen ajattelu myös kustannustietoisuus laitoshoidon kalleudesta. 1990-luvulle tultaessa taloudellinen lama johti vanhustyön tuloskeskeisen hoito- ja palvelustrategian aikaan, jolloin ensimmäistä kertaa vanhusten palvelujärjestelmää tarkasteltiin kokonaisuutena. Tuloskeskeiseen vanhuspolitiikkaan kuului myös luontaisen hoivan korostaminen, jolla tarkoitettiin ei-ammattillista yhteisvastuullisuutta lähipalvelujen kehittämässä; vastuuta jaettiin omaisille, vanhukselle itselleen, vapaaehtoisille sekä järjestöille. (Paasivaara 2004, 4 - 7.)

Rintala (2003) on tutkinut, miten sosiaali- ja terveydenhuollolle asetetut tavoitteet ovat viimeisen 150 vuoden aikana muuttaneet vanhoja ihmisiä koskevia käsityksiä, vanhuskuvia. Tutkimusaineistona hänellä olivat suomalaiset vanhustenhuoltoa ohjanneet komiteamietinnöt ja säännökset vuosilta 1852 - 1997 sekä vanhuutta ja vanhenemista käsittelevät suomalaiset tutkimukset. Aineistosta muodostui viisi aikakautta, joilla on merkitystä myös vanhusten kanssa tehtävän sosiaalityön ammatillisuuden kehittymiselle. Rin-

talan aineistosta erottuivat kunnallisen vaivaishoidon (v. 1852 - 1923), köyhäinhoidon (v. 1923 - 1957), yhteiskunnallisen huollon (v. 1957 - 1972), lääketieteellisen laajenemisen (v. 1972 - 1984) sekä palveluiden (v. 1984 - 1997) aikakaudet. Kaksi viimeksi mainittua vaihetta vastaavat ajankohdiltaan sosiaalityön akatemisoitumisen aikaa sekä Paasivaaran (2004) kehityskeskisen palveluajattelun sekä tuloskeskeisen hoidon ja palvelun vaiheita. Tällöin myös Rintalan mukaan siirryttiin lopullisesti vanhusten omia resursseja korostavaan lähestymistapaan. Ajattelun taustalla oli ihmiskäsitys, jonka mukaan yksilö on iästään riippumatta luova, tulevaisuuteen suuntautunut, jatkuvasti itseään kehittävä ja tavoitteitaan tarkentava. Vanhustenhoidon tehtävänä oli ensisijaisesti tukea vanhan ihmisen omassa kodissaan asumista. Vanhustenhoidon asiakkaiksi miellettiin myös eläkeikää lähestyvät ihmiset, sillä ehkäisevällä sosiaali- ja terveystieteillä katsottiin voitavan vaikuttaa palvelujen kysyntään sekä sosiaali- ja terveydenhuollon kustannusten kasvun hillitsemiseen. (Rintala 2005, 26 - 28.)

Sosiaalityö on sosiaalinen konstruktio, joka rakentuu käytäntöjen kautta ja jossa ympäristötekijät, asiakas ja sosiaalityöntekijä vaikuttavat toisiinsa (Payne 1997, 13 – 21). Jorma Sipilä (1996) on erottanut sosiaalityön toimintatapoina byrokratiatyön, palvelutyön ja psykososiaalisen työn. Näistä ensimmäisessä, byrokratiatyössä, sosiaalityöntekijä edustaa julkista auktoriteettia ja päätöksentekoa suhteessa asiakkaaseen. Lähtökohtana ovat viraston normit, ei asiakkaan elämä ja tilanne. Tärkeää on työskentely asiakirjojen kanssa, mistä syystä työajasta käytetään suhteellisen pieni osa asiakastyöhön. Palvelutyössä on byrokratiatyötä enemmän tilaa sosiaalityöntekijän ja asiakkaan keskinäiselle kohtaamiselle, asiakkaan ohjaukselle ja neuvonnalle, vaikka palvelun taustalla onkin byrokratia sääntöineen. Psykososiaaliseen työhön puolestaan liittyy terapeuttisuus. Työtä tehdään mm. lastensuojelussa, päihdehuollossa, mielenterveystyössä ja kriminaalihuollossa. (Sipilä 1996, 213 – 239.) Suomalaisen sosiaalityön perinteitä tarkastellaan myös järjestelmäkeskeisyyden ja ongelmakeskeisyyden näkökulmista. Edellisessä työskentelyn lähtökohtana on hallinnollinen järjestelmä, sen lait ja ohjeistukset, jälkimmäisessä yksittäisen tapauksen, yksilön tai perheen kokema ongelma ja ongelmaan liittyvät teoreettiset ja metodiset näkemykset. Maamme sosiaalityötä hallitsee järjestelmäkeskeinen perinne, jonka vaikutus on näkynyt siinä, että pitkään on puhuttu sosiaalihuollosta. (Raunio 2009, 19, 22.)

Vanhustyössä vanhustenhuolto -käsitteellä on vankkumaton sijansa. Käsitteellä joko tarkoitetaan sosiaalihuoltolain mukaisia vanhuspalveluja tai sitä käytetään yläkäsitteenä sekä sosiaalihuoltolain mukaisille vanhuspalveluille että kansanterveyslain mukaisille vanhusten terveystalveille. Kuten sosiaalityössä yleensäkin, gerontologisen sosiaalityön toimintatavat ovat olleet järjestelmäkeskeistä byrokratian kontrolloimaa palvelutyötä. Psykososiaalinen työ on näyttäytynyt lähinnä ihmissuhdetyön perussuuntauksena, suhtautumistapana, joka on ominaista suurelle joukolle sosiaali- ja terveydenhuollon eri ammattiteja (Granfelt 1993, 177). Varsinaiseksi toimintakäytännöksi se ei ole gerontologisessa sosiaalityössä muotoutunut. Toimintakäytäntönä psykososiaalisen työn määrittävin piirre on kasvokkaiseen vuorovaikutukseen perustuva auttamistyö ja tämän auttamistyön menetelmällinen osaaminen (Toikko 1997, 180 – 181, 184). Tavoitteena on muutos asiakkaan ajattelu- ja toimintatavoissa sekä hänen sosiaalisissa suhteissa ja sosiaalisissa tilanteissa (Sandell 1985, Granfeltin 1993, 199 – 200 mukaan).

2.2 Muotoutumisesta kehittämiseen

Tutkijat (esim. Seppänen 2006; Liikanen, Kaisla & Viljaranta 2007; Ylinen 2008) ovat yksimielisiä siitä, että suomalainen gerontologinen sosiaalityö ei ole saavuttanut Koskinen (1993) määrittämää vakiintumisvaihetta. Vaikka paljon on saatu aikaiseksi, työ on usein edelleen jäsentymätöntä, toimintatavat ovat hajanaisia eikä vanhenemista koskevaa tietoa ole riittävästi (Koskinen 2007, 30). Yliopistokirjastojen Lindayhteistietokannan hakuohjelma tuotti kesäkuussa 2009 hakusanalla ”gerontologinen sosiaalityö” kolme relevanttia julkaisua² sekä yhden lisensiaatintyön ja kolme pro gradu -tutkielmaa. Hakusana ”vanhussosiaalityö” tuotti yhden julkaisun³ - hakujen ulkopuolelle jäivät ainakin yksi aiheen kannalta ajankohtainen teos⁴ sekä oppi- ja tietokirjoja, joissa on artikkeleita gerontologisesta sosiaalityöstä. Näkymättömiksi jäivät myös aikakausjulkaisujen alaan liittyvät kirjoitukset sekä opiskelijoiden pro gradu -tutkielmia ja muita opinnäytetöitä (vrt. Liikanen ym. 2007, 30 – 31).

Gerontologinen sosiaalityö on kuitenkin kiistatta monella tavalla nykyhetkessä esillä: kesäkuussa 2009 ”gerontologinen sosiaalityö” tuotti 4140 Google -osumaa ja ”vanhus-

² (Koskinen 1994b; Seppänen 2006; Ylinen 2008)

³ (Salonen 2002)

⁴ (Seppänen, Karisto & Kröger 2007)

sosiaalityö” 575 osumaa. Osittain osumat ovat keskenään päällekkäisiä tai epärelevantteja, mutta kokonaisuudessaan ne kertovat merkittävällä tavalla gerontologiseen sosiaalityöhön liittyvistä koulutuspäivistä ja -ohjelmista sekä kehittämishankkeista, eri kuntien ikääntymispoliittisista ohjelmista sekä kuntien kotisivuilla esitetyistä gerontologisen sosiaalityön yhteystiedoista ja tehtäväkuvauksista. Myönteistä on, että gerontologisen sosiaalityön merkitys osana vanhuspalvelujen kokonaisuutta tunnustetaan eri puolilla maata, vaikka tunnistamisesta ei vielä ole edettykään konkretiaan: useissa strategiapapereissa todetaan lyhyesti, että ko. ”ohjelmakaudella kehitetään organisaation gerontologista sosiaalityötä tai vanhussosiaalityötä”. Organisaatiokaavioissa gerontologinen sosiaalityö sijoittuu sosiaalityön, kotihoidon, vanhuspalvelujen tai terveyskeskuksen tulosalueelle. Myönteistä myös on, että useiden kuntien kotisivuilta tavoittaa gerontologisen sosiaalityön yhteystiedot, vaikkakaan ei yksilöidä, missä asioissa asiakas voi kääntyä sosiaalityöntekijän puoleen, ja siltä osin kun kerrotaan, tehtäväkuvat vaihtelevat kunnittain suuresti. Kumpaakin käsitettä, gerontologista sosiaalityötä ja vanhussosiaalityötä käytetään, mutta työntekijänimikkeeksi kunnissa on usein valittu vanhussosiaalityöntekijä, vanhustenhuollon sosiaalityöntekijä, vanhusten sosiaalityöntekijä tai sosiaalityöntekijä.

Useat gerontologisen sosiaalityön kehittämishankkeet ovat sosiaalialan osaamiskeskusten hallinnoimia, mutta joukossa on mm. Tampereen kaupungin vuosien 2005–2007 Gero-hanke sekä Etelä-Karjalan sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskuksen vuosien 2005–2007 Gero-hanke. Hankkeessa on määritelty gerontologisen sosiaalityön käsitteitä, kuvattu asiakasprosessi, kehitetty työnjakoa, työtapoja ja -menetelmiä sekä vahvistettu täydennyskoulutuksella hankkeeseen osallistuneiden kuntien sosiaalityöntekijöiden tietopohjaa. Hankkeen vaikuttavuutta lisää sen julkaisema kirjallinen materiaali⁵.

Gerontologisen sosiaalityön kehittämisen tärkeys nousee ikääntyvien hyvinvointiin vaikuttavista toimintaympäristömuutoksista. Näistä merkittävimpiä ovat väestön ikäänty-

⁵ (Seppänen 2006; Liikanen, Kaisla & Viljaranta 2007; Liikanen & Kaisla 2007)

minen⁶, monikulttuurisuuden lisääntyminen⁷, kunta- ja palvelurakenteiden uudistuminen (esim. Kuntaliitto 2007), kuntien sosiaali- ja terveystoimien yhdistyminen sekä hyvinvointipalvelujen järjestäminen nk. monituottajamallilla, jossa palvelujärjestelmä koostuu kunnallisista, järjestöjen ja yhdistysten, yritysten ja vapaaehtoisten tarjoamista palveluista ja jossa palvelujen kilpailutuksella on painava sijansa. Lisäksi vanhuspalvelujärjestelmää muutetaan entistä avopalvelupainotteisemmaksi purkamalla ympärivuorokautisen laitoshoidon paikkoja⁸. Ikääntyvien sosiaaliset tilanteet monimutkaistuvat, perherakenteet muuttuvat ja ikääntyvien tarpeet erilaistuvat. Gerontologisen sosiaalityön huoli rakennemuutoksissa on kaksijakoinen: miten pitää sosiaalisen puolta organisaatiomuutoksissa ja mistä tulee tuki ja taito gerontologisen sosiaalityön työtapojen kehittämiselle, entä miten käy ikääntyvien kuntalaisten, kun toimintaympäristö monimutkaistuu ja julkisia palveluja kustannussyistä määritetään uudelleen. Erilaisiin tarpeisiin vastaamiseksi esimerkiksi palvelusetelien käyttö lakisääteisenä mahdollisuutena sosiaali- ja terveydenhuollon palveluissa tulee laajentumaan lisäten sekä ikääntyvien valinnanmahdollisuuksia että vastuuta omien palvelujensa järjestämisestä. Tulevaisuuden visiona on osallistuva hyvinvointituotanto, jossa vastuu hyvinvoinnista on entistä enemmän valintoja tekevällä yksilöllä itsellään (Mokka & Neuvonen 2006, 83 – 85).

Aulikki Kananoja, sosiaali- ja terveysministeriön asettamana sosiaalityön selvityshenkilönä, esitti jo vuonna 1997 tarpeen vahvistaa sosiaalityön ammatillista tietopohjaa ja osaamista. Hän esitti sosiaalityön kehittämisen keskeiseksi strategiseksi tavoitteeksi so-

⁶ Vuonna 2007 oli väestöstä 75 vuotta täyttäneitä 7,8 %, väestöennusteen mukaan vuonna 2020 tämä suhteellinen osuus on 10,0 %, vuonna 2030 osuus on 14,4 % ja vuonna 2040 75 vuotta täyttäneitä ennustetaan olevan 16,3 % väestöstä (Tilasto- ja indikaattoripankki SOTKANet). On ennustettu, että huoltosuhte heikkenee nopeasti vuoden 2010 jälkeen: 2020-luvun lopulla jokaista sataa työikäistä kohden on yli 70 huolettavaa lasta ja vanhusta (ollen 50 huolettavaa lasta ja vanhusta vuonna 2010). Muutos johtuu vanhusten huoltosuhteen heikkenemisestä, sillä lasten huoltosuhteen on ennustettu pysyvän suunnilleen samana (Valtioneuvosto 2004, 15 – 17.)

⁷ Suomessa asui vuoden 2006 lopussa 121 739 ulkomaan kansalaista. Heistä 55-64-vuotiaita oli 9045 ja yli 65-vuotiaita 5313 (yhteensä yli 55-vuotiaita 14 358). Määrä on kasvanut vuosittain tasaisesti, esim. 55 vuotta täyttäneitä ikäMAMUja oli vuonna 2000 yhteensä 10 424. Suurimmat ulkomaalaisten ryhmät olivat Venäjän, Viron, Ruotsin ja Somalian kansalaiset. (Linderborg 2006, 2007.)

⁸ Valtakunnallisina tavoitteina vuoteen 2012 mennessä on, että 75 vuotta täyttäneistä henkilöistä 91–92 % asuu kotona itsenäisesti tai kattavan palvelutarpeen arvioinnin perusteella myönnettyjen tarkoituksenmukaisten sosiaali- ja terveyspalvelujen turvin (vuoden 2007 lopulla kotona ilman säännöllistä kotihoitoa asui 89,4 % yli 75-vuotiaista), 13–14 % saa säännöllistä kotihoitoa (vuoden 2007 lopulla heitä oli 11,3 %), 5–6 % saa omaishoidon tukea (vuonna 2007 omaishoidon tuen 75 vuotta täyttäneitä asiakkaita vuoden aikana oli 3,9 % vastaavanikäisestä väestöstä), 5–6 % on tehostetun palveluasumisen piirissä (vuoden 2007 lopulla heitä oli 4,2 %) ja 3 % on hoidossa vanhainkodeissa tai pitkäaikaisessa hoidossa terveyskeskusten vuodeosastoilla (vuoden 2007 lopulla 75 vuotta täyttäneitä asiakkaita/potilaita oli laitoshoidossa 6,3 % vastaavanikäisestä väestöstä). (Sosiaali- ja terveysministeriö & Suomen Kuntaliitto 2008, 45; Tilasto- ja indikaattoripankki SOTKANet.)

siaalityön vahvistamisen sosiaalisena muutostyönä, joka tähtää sekä vaikeiden elämäntilanteiden ja elinolojen parantamiseen että ihmisten sosiaalisten toimintaedellytysten ja elämänotteen vahvistamiseen. Painokkaana kehittämishaasteena hän esitti "sosiaalisen ulottuvuuden asiantuntijuuden", jolla hän tarkoitti sosiaalityön asiantuntijuuden vahvistamista ja huomioon ottamista eri hallintokuntien toiminnassa, uusien ennakkoluultomien yhteistyömuotojen kehittelyä sekä näkyvyyttä kunnan strategioissa. (Kananaja 1997, 25, 65 - 66, 71 - 74.) Tämän jälkeen on tehty useita selvityksiä sosiaalityön saataavuuden parantamiseksi ja osaamisen vahvistamiseksi. Sosiaalialan asiantuntijuuteen vanhusten palveluissa on kiinnitetty huomiota mm. Sosiaalihuollon tehtävä- ja ammattirakenteen kehittämissuunnitelmassa (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004) sekä Sosiaalityö hyvinvointipolitiikan välineenä 2015 -toimenpideohjelmassa (Karjalainen & Sarvimäki 2005)⁹. Sosiaalialan osaamis-, työvoima- ja koulutustarpeiden ennakoinnissa vuoteen 2015 (SOTENNA) kiinnitettiin huomiota vanhustyön suhteellisen vähäiseen sosiaalityöntekijämäärään⁹, tarpeeseen selkiinnyttää sosiaalityöntekijöiden ja sosionomien (AMK) keskinäisiä tehtäviä sekä lisätä sosiaalityön peruskoulutukseen sosiaaligerontologisia opetuskokonaisuuksia (Kempainen 2006, 254, 262, 283). Vuonna 2007 annettiin Sosiaalihuollon ammatillisen henkilöstön tehtävärakennesuositus, jossa otetaan kantaa myös gerontologisen sosiaalityön tehtäviin osana ikääntyneiden palvelujen asiakasprosessia (Sarvimäki & Siltaniemi 2007, 33 – 36).

Gerontologisen sosiaalityön aseman vahvistamista tuetaan ikäihmisten palvelujen laatuosuudella (Sosiaali- ja terveysministeriö & Suomen Kuntaliitto 2008, 17, 25, 28, 37). Suosituksessa kiinnitetään huomiota mm. ikäihmisten tarpeisiin ja oikeuksiin saada lähipalveluina gerontologisen sosiaalityön palveluja sekä kotihoidon mahdollisuuksiin konsultoida gerontologisen sosiaalityön erityisosaamista. Sosiaalityö on paikannettu hyvinvointivaltion viimesijaiseksi toiminnaksi, joka kohdentuu vaikeissa tilanteissa olevien ihmisten ongelmiin (Raunio 2009, 29), mutta toimintaympäristöjen muuttuessa sosiaalityölle tarjoutuu uusia näköaloja. Vanhustyössä keskeiseksi nousevat tavoitteet ikääntyneiden voimavarojen hyödyntämisestä, omatoimisuuden ja itsenäisen suoriutumisen vahvistamisesta sekä aktiivisesta osallistumisesta yhteiskuntaan. Tärkeiksi näh-

⁹ Vuonna 2003 kuntien ja kuntayhtymien sosiaalihuollon 923 sosiaalityöntekijästä vajaa 12 % työskenteli vanhustyössä ja noin 55 % oli lastensuojelutyössä (Karjalainen & Sarvimäki 2005, 19).

Vuonna 2004 SOTENNA -hankkeen kyselyyn vastanneesta noin 300 sosiaalityöntekijästä lastensuojelutyötä teki noin puolet, reilu kolmannes aikuissosiaalityötä ja 18 % vastaajista oli vanhustyössä (Kempainen 2006, 254).

dään sosiaaliset verkostot sekä mahdollisuudet mielekkääseen tekemiseen. (Valtioneuvosto 2004; Sosiaali- ja terveysministeriö 2006.)

2.3 Määritelmät sekä arvo- ja tietoperusta

Kulloinenkin yhteiskunnallinen tilanne ja kulttuuri muovaavat sosiaalityön teorianmuodostusta, menetelmiä ja käytäntöjä. Yhtä ainoaa sosiaalityön määritelmää ei ole, ja olemassa olevat määritelmät muuttuvat ja kehittyvät ajan hengessä. (Payne 1996, 17 – 34.) Määritelmä on eräänlainen yhteinen sopimus siitä, mitä sosiaalityöllä ymmärretään ja minkälaisia tavoitteita sille asetetaan. Sosiaalityöntekijöiden kansainvälinen liitto (IFSW – International Federation of Social Workers) hyväksyi yhteisen sosiaalityön määritelmän vuonna 2000:

”Sosiaalityön tavoitteena on lisätä hyvinvointia edistämällä yhteiskunnallista muutosta sekä ihmissuhdeongelmien ratkaisua, elämänhallintaa ja itsenäistymistä.

Sosiaalityön kohteena ovat vuorovaikutustilanteet ihmisen ja hänen ympäristönsä välillä. Välineenä sosiaalityö käyttää sosiaali- ja käyttäytymisteoreettista sekä yhteiskunnan järjestelmiä koskevaa tietoa.

Sosiaalityön perustana ovat ihmisoikeuksien ja yhteiskunnallisen oikeudenmukaisuuden periaatteet.” (IFSW 2000, 5.)

Määritelmässä olennaista on sosiaalityön kohdentuminen ihmisen ja hänen ympäristönsä välisiin vaihteleviin ja mutkikkaisiin tapahtumiin, sosiaalityön tavoite turvata kaikille ihmisille mahdollisuudet itsensä toteuttamiseen, elämänsä rikastuttamiseen ja häiriöiden ehkäisemiseen sekä sosiaalityön tavoite saada aikaan muutosta: sosiaalityöntekijät toimivat yhteiskunnan, yksilöiden, perheiden ja yhteisöjen muutosagentteina. (IFSW 2000, 5.) Kansainvälinen sosiaalityön määritelmä antaa sisällön valtakunnalliselle sosiaalityön yliopistoverkoston sosiaalityön määrittelylle (SOSNET 2003), jota määritelmää on edelleen muotoiltu, itse sisältöä muuttamatta, gerontologisen sosiaalityön määritelmäksi:

”Gerontologisella sosiaalityöllä tarkoitetaan sosiaalityöntekijän yliopistokoulutuksen saaneen ammattihenkilön toimintaa, joka perustuu tieteellisesti tutkittuun tietoon, ammatillis-tieteelliseen osaamiseen ja sosiaalityön eettisiin periaatteisiin. Gerontologisen sosiaalityön tavoitteena on vahvistaa vanhusten hyvinvointia edistäviä olosuhteita, yhteisöjen toimivuutta sekä vanhusten toimintakykyisyyttä. Gerontologinen sosiaalityö on luonteeltaan muutostyötä, joka perustuu yksilöiden, perheiden, ryhmien ja yhteisöjen sosiaalisten ongelmien tilannearviointiin ja ratkaisuprosesseihin.” (Seppänen 2006, 12, 47.)

Satu Ylinen (2008) on tuottanut tietoa gerontologisen sosiaalityön tiedonmuodostuksesta ja asiantuntijuudesta. Hänen tutkimuksensa perustuu vuosina 1992 – 2004 ilmestyneiden alan kansainvälisten ja suomalaisten tieteellisten aikakauslehtien artikkeleihin sekä alalla toimivien sosiaalityöntekijöiden haastatteluihin tai heille suunnattuun sähköpostikyselyyn. Tutkimustulostensa perusteella Ylinen määrittelee gerontologisen sosiaalityön:

”Gerontologisen sosiaalityön asiakkaana on ikääntyvä ja ikääntynyt ihminen. Sen tavoitteena on asiakkaan hyvän nykyisyyden ja tulevaisuuden tukeminen. Tavoitteensa saavuttamiseksi gerontologinen sosiaalityö käyttää hyväkseen sosiaalityön yleistä ja ikääntymiseen ja vanhuuteen liittyvää erityistä gerontologista tietoa ja asiantuntijuutta. Erityisesti asiakkaansa hyvää elämää uhkaavissa tilanteissa gerontologinen sosiaalityö soveltaa eettistä asiantuntijuuttaan ja toimii välittäjänä asiakkaan ja hänen elämäänsä eri tavalla vaikuttavien osapuolten (esimerkiksi omaiset, vanhustyön muut ammattilaiset ja koko yhteiskunnan ikääntymispolitiikka) välillä.” (Ylinen 2008, 90.)

Määritelmässä gerontologisen sosiaalityön asiakkaina ovat ikääntyvät ja ikääntyneet, toisin kuin Seppäsen (2006) määritelmässä, jossa keskiössä on vanhus -käsite. Käsitevalinnoilla ei välttämättä ole tarkoituksellista merkitystä, mutta jos on, Ylisen asiakkuus on laaja-alaisempi kattaen kolmatta ikäänsä elävät, ikääntyvät henkilöt. Ikäihmisten palvelujen laatusuositus sen sijaan käyttää tekstissään käsitteitä ikäihminen ja ikääntynyt ja gerontologisen sosiaalityön määrittelyssä ikäihminen -käsitettä:

”Gerontologinen sosiaalityö eli vanhussosiaalityö on sosiaalityön erityisala, jonka tavoitteena on vahvistaa ikäihmisten toimintakykyä, hyvinvointia, elinympäristöä, sosiaalisia olosuhteita ja yhteisöjen toimivuutta. Gerontologinen sosiaalityö on elämänhallintaa ja itsemääräämisoikeutta tukevaa työtä. Se auttaa asiakasta saamaan tarvittavat palvelut sekä sosiaalityön tukitoimenpiteet ja vastaa niiden valmistelusta ja toteutuksesta. (Sosiaali- ja terveysministeriö & Suomen Kuntaliitto 2008, 50.)

Laatusuositus painottaa ikäihmisten hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä sekä ehkäisevää toimintaa. Suositus korostaa kunnan eri hallintokuntien, kuntalaisten, kolmannen sektorin, elinkeinoelämän ja muiden toimijoiden kanssa yhteistyössä laadittavan ikääntymispoliittisen strategian merkitystä. Tämän strategian tulee perustua kattavaan palvelujen sekä väestön hyvinvoinnin ja terveyden analyysiin. (Sosiaali- ja terveysministeriö & Suomen Kuntaliitto 2008, 15 – 16, 20 – 23.) Laatusuosituksen gerontologisen sosiaalityön määritelmä sisältää tärkeitä asiakastyön elementtejä, mutta määritelmän alkuosa tunnistaa gerontologisen sosiaalityön toiminta-alueiksi myös laatusuosituksessa painotetun ennakoivan, hyvinvointia ja terveyttä edistävän toiminnan sekä strategiaan suunnit-

teluprosesseihin osallistumisen. Sen sijaan Ylisen (2008) gerontologisen sosiaalityön määritelmä keskittyy selkeämmin asiakastyöhön.

Anneli Pohjola (2004) korostaa asiakastyön lisäksi sosiaalityön tehtävää toimia yhteiskuntaan päin: viedä tietoa kansalaisten tilanteista ja elinolosuhteista päätöksentekijöille sekä olla rakentamassa hyvinvointipolitiikkaa. Sosiaalityön asiantuntemusta yhteiskunnallisena ja paikallisen hyvinvointipolitiikan toimijana ei ole kuitenkaan osattu riittävästi hyödyntää. (Pohjola 2004, 65 – 67.) Sosiaalityö on yksinkertaistaen mielletty järjestelmän instrumentiksi, joka ohjaa asiakkaita oikean toiminnon piiriin. Tällöin työn sisältö - se, miten ihmisten elämän sosiaalisia ulottuvuuksia ja vaikeuksia määritellään ja lähestytään sekä minkälaisin työkäytännöin ja menetelmin työtä tehdään - jää vähemmälle huomiolle. Hyvinvointipoliittisena vaikuttajana sosiaalityön ei tule olla vain järjestelmän instrumentti, vaan järjestelmästä riippumaton professio, jolla on oma yhteiskunnallinen tehtävänsä, oma tietopohjansa ja omat osaamisalueensa. Professiona sillä on kyky tunnistaa, analysoida ja käsitellä erilaisia sosiaalisia kysymyksiä ja ihmisten elämäntilanteisiin liittyviä sosiaalisia tekijöitä sekä siirtää tätä tietoa ja osaamista organisaatiosta ja toimintakentästä toiseen. (Kananoja 2007a, 21 – 22.)

Kuntien kotisivujen gerontologisen sosiaalityön esittelyt ovat usein yksipuolisia, tukien käsitystä sosiaalityöstä järjestelmälähtöisenä palvelutyönä¹⁰:

"Vanhustyön tehtäväkenttä on hyvin laaja-alaista neuvontaa, ohjausta, avustamista ja usein myös konkreettisia tehtäviä asiakkaan hyvinvoinnin ja elämäntilanteen helpottamiseksi asiakkaan itsensä, hänen läheistensä ja eri viranomaisten kanssa yhteistyössä. Sosiaalityöntekijät hoitavat mm. asumiseen liittyviä asioita, omishoidontukiasioita, asiakkaan sosiaalisten ja taloudellisten asioiden selvittelyä tarvittaessa, asiakkaan auttamista erilaisten etuisuuksien hakemisessa sekä lausunton antamista ja kotikäyntejä." (Kunta Pohjois-Karjalassa.)

"Vanhustenhuollon sosiaalityöntekijät neuvovat asiakkaita ja omaisia mm. seuraavissa asioissa: kun kotona ei selviä avunkaan turvin, kun halutaan tietoa eri hoitopaikoista: palvelutaloista, vanhainkodeista ja yksityisistä hoitokodeista sekä muissa mieltä askarruttavissa kysymyksissä." (Kunta Varsinais-Suomessa.)

¹⁰ Gerontologisen sosiaalityön kehittäminen ei onnistu ilman resursseja eikä ilman kunnan johdon kiinnostusta ja sitoutumista työn kehittämiseen (esim. Ylinen 2008, 91). Myönteisenä esimerkkinä mainittakoon Tampereen kaupungin Gero-hanke (valtakunnallisen sosiaalialan kehittämissuunnitelman rahoitus), jonka kuluessa on määritelty kaupungin gerontologisen sosiaalityön tavoiteltava sisältö: "Gerontologinen sosiaalityö, tai vanhussosiaalityö, on ikääntyvien ja ikääntyneiden asiakkaiden auttamiseen ja tukemiseen tähtäävää sosiaalityötä. Sosiaalityö toimii osana moniammatillista työryhmää, joka suunnittelee, ohjaa ja toteuttaa ikäihmisten palveluja. Gerontologisen sosiaalityön keskeinen tehtävä on valvoa ikäihmisten etua. Sen tavoitteena on vahvistaa asiakkaidensa fyysisistä, psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä ja kaikinpuolista selviytymistä." (Tampereen kaupunki 2008.)

Tämän tutkimuksen lähtökohtana on kansainvälisestä sosiaalityön määritelmästä johdettu gerontologisen sosiaalityön määritelmä (Seppänen 2006) – erotuksella, että " - - sosiaalityön tavoitteena on vahvistaa *ikäntyvien* hyvinvointia - - ja *ikäntyvien* toimintakykyisyyttä. - -" Tärkeä gerontologisen sosiaalityön tavoite on turvata niin ikääntyville kuin ikääntyneille vanhuksille mahdollisuudet itsensä toteuttamiseen ja elämänsä rikastuttamiseen (ks. IFSW 2000).

Sosiaalityön asiakastyö ja yhteiskunnallinen tehtävä näkyvät myös sen arvoissa. Talentian (2005) ammattieettinen lautakunta on määritellyt IFSW:n (2000, 5 - 6) arvoperustasta suomalaisen sosiaalialan arvot ja niiden toteutumista ohjaavat eettiset periaatteet. Ne muodostuvat perustuslaillisista ihmisoikeuksista ja ihmisarvosta sekä yhteiskunnallisesta oikeudenmukaisuudesta. Eettiset periaatteet ovat kannanottoja siitä, millaisia ammatillisen toiminnan lähtökohtien tulisi olla (Raunio 2009, 82). Ihmiselämän arvokkuuden ja ihmisarvon kunnioittaminen toteutuu sosiaalialan työssä neljän periaatteen noudattamisena, joita ovat itsemääräämisoikeus, osallistumisoikeus, oikeus tulla kohdatuksi kokonaisvaltaisesti sekä oikeus yksityisyyteen. Yhteiskunnallisen oikeudenmukaisuuden edistäminen asiakkaiden elämässä ja koko yhteiskunnassa merkitsee negatiivisen syrjinnän estämistä, erilaisuuden tunnustamista, voimavarojen jakamista tasapuolisesti sekä epäoikeudenmukaisen politiikan ja toimintatapojen vastustamista. (Talentia 2005, 7 – 9.) Raunio (2009, 89) toteaa, että sosiaalityö on ikään kuin yhteiskunnan sosiaalinen omatunto.

Gerontologinen sosiaalityö on sosiaalialan yleisten eettisten ohjeiden lisäksi kasvotusten vanhustyön eettisten periaatteiden kanssa. Ikäihmisten palvelujen laatusuosituksessa (Sosiaali- ja terveysministeriö & Suomen Kuntaliitto 2008, 12 – 13) sellaisiksi mainitaan itsemääräämisoikeus, oikeudenmukaisuus, osallisuus, yksilöllisyys, turvallisuus sekä vastuullisuus. Lähtökohdiltaan periaatteet liittyvät ikäihmisen hyvään kohteluun ja ihmisarvoisen vanhuuden turvaamiseen.

Sosiaalityön tietoperusta on monitieteinen. Se hyötyy monien tieteenalojen tiedosta, mutta työssä keskeistä on käyttäytymis- ja yhteiskuntatieteellinen tieto. Tietoperusta rakentuu paitsi tieteellisesti tutkitusta tiedosta myös sosiaalityön ammatillisesta tiedosta. Tämä tieto syntyy sosiaalityön omasta tutkimuksesta ja käytännön kokemuksesta. (Ka-

nanoja 2007b, 214 – 215.) Gerontologisen sosiaalityön erityisenä tietoperustana ovat biologiset, fyysiset, psyykkiset sekä sosiaaliset vanhenemisprosessit ja niihin liittyvä gerontologinen tieto. Tämä tieto vanhuspolitiikan sekä moniammatillisen vanhustyön viitekehyksessä kiinnittyy sosiaalityön yleisen mallin tietoperustaan ja taitoihin. (Koskinen 2003a, 351, 354; 2008, 440, 442.)

2.4 Tehtävät, osaaminen ja orientaatiot

Koskinen (2003a, 357 – 358; 2008, 444) pitää tärkeänä, että sosiaalityöntekijät olisivat sensitiivisiä ikääntyvien ihmisten yksilöllisten ja vaikeiden elämäntilanteiden tunnistamiselle, jotta niihin voitaisiin puuttua ajoissa. Hän luettelee kirjoituksessaan esimerkinomaisesti tällaisia elämää haittaavia vaikeita tilanteita, jotka esitetään taulukossa 1 rinnan pääkaupunkiseudun Gero-hankkeen sosiaalityöntekijäkyselyssä esiin tulleiden asiakkaiden sosiaalisten ongelmien kanssa (Seppänen 2006, 43 - 46).

Gerontologisen sosiaalityön tehtävänä on puuttua ikääntyvän vaikeisiin elämäntilanteisiin, varmistaa, että perusasiat, asuminen ja taloudellinen tilanne hänelle kuuluvine sosiaalisine oikeuksinaan ja etuisuuksineen ovat kunnossa sekä vahvistaa ikääntyvän omaa sosiaalista toimintakykyä ja ongelmanratkaisukykyä. Lisäksi sosiaalityön tehtävänä on vahvistaa ikääntyvän sosiaalista verkostoa ja hyvinvointia edistäviä olosuhteita sekä vaikuttaa ikääntymispoliittiseen suunnitteluun. (Koskinen 2003a, 357; 2005, 197; 2007, 26) Sosiaalityöntekijät toimivat erilaisissa sosiaali- ja terveydenhuollon avo- ja laitospalvelujen toimintaympäristöissä, joissa asiakkuudet ja tehtävät määrittyvät kulloisenkin järjestelmän tehtävistä ja toimintakulttuurista. Kari Salosen (2002) haastattelututkimuksessa vanhusten avohuollon ja vanhainkotien sosiaalityöntekijöiden tehtävät muodostuivat arviointi- ja sijoitustyöstä, neuvonta- ja ohjaustyöstä, tiettyyn asiakastilanteeseen liittyvästä tiedonhankinta- ja selvitystyöstä, kollegiaalisesta sekä omaisten ja muiden viranomaisten kanssa tehtävästä yhteistyöstä, kannustavasta ja tukevasta työstä, vanhuksen edustamisesta (vanhuksen etu ja asianajo) sekä huolehtimistyöstä (vanhainkotiasukkaiden posti-, raha- ym. käytännön asiat). Tutkimusaineistossa arviointi- ja sijoitustyö (SAS-toiminta) muodostui ratkaisevan tärkeäksi osaksi sosiaalityöntekijöiden jokapäiväistä työtä. Haastatteluun osallistuneet sosiaalityöntekijät eivät puhuneet työn

kehittämisestä, tutkimisesta eikä vaikuttamisesta kunnan vanhustyön kehittämiseen. (Salonen 2002, 72 – 118, 229 – 230.)

TAULUKKO 1. Ikääntyvien elämää haittaavat vaikeat tilanteet ja sosiaaliset ongelmat

Elämää haittaavat vaikeat tilanteet	Sosiaaliset ongelmat
<p>Erilaiset stressitekijät</p> <ul style="list-style-type: none"> - yksinäisyys, vasta leskeytyneet, masentuneet, itsemurhavaarassa olevat, kaltoinkohdellut ja hyväksikäytetyt, elämäntöntä elämäänsä katkerina pohtivat, menneisyyden traumaattiset kokemukset (sota-aika, onnettomuudet, inesti, vaikeat ihmissuhdeongelmat) <p>Vanhat ihmiset toistensa tai sairaan aikuisen lapsensa hoitajina</p> <p>Ikääntyneiden vaikeat omaishoitosuhteet ja perheen sukupolvisuhteet</p> <p>Perheongelmat</p> <ul style="list-style-type: none"> - vanheneva perhe, perheristiriidat, perheväkivalta, mustasukkaisuus <p>Seksuaaliset ongelmat, seksuaalisten vähemmistöjen ikääntyminen, ikääntyneet AIDS-potilaat</p> <p>Yksilöllisen avun tarpeen tiedostaminen, joka-päiväisessä selviytymisessä olevat erot, huonokuntoisten vanhusten tilanne</p> <p>Erilaisten sairauksien tunnistaminen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Alzheimerin tauti ja dementia, aivohalvaus, psyykkiset sairaudet ym. <p>Vammaisuus, kehitysvammaisuus, näön ja kuulon heikkeneminen</p> <p>Asuntoon ja ympäristöön liittyvät ongelmat</p> <ul style="list-style-type: none"> - huono kunto ja varustetaso, hissittömyys, etäisyys palveluista, rauhatonmuus <p>Ikääntyneiden maahanmuuttajien kysymykset, ulkomaalaiset, juurilleen palaavat suomalaiset</p> <p>Alueelliselta taustalta peräisin olevat</p> <ul style="list-style-type: none"> - vaikeat elämäntilanteet, kuten maaseudun yksinäiset ikääntyneet miehet <p>Päihdeongelmat</p> <p>Taloudelliset vaikeudet</p> <p>Ikäihmiset, joiden autonomisuus, osallisuus ja riippumattomuus ovat eri syistä uhattuina (Koskinen 2003a, 2008)</p>	<p>Psykososiaaliset ongelmat</p> <ul style="list-style-type: none"> - yksinäisyys, omaisten puute, vähäiset kontaktit (merkittävin psykososiaalinen ongelma) - mielenterveysongelmat (mm. masennus) - kaltoinkohtelu, hyväksikäyttö (mm. lasten tai lastenlasten huumeiden käyttöön liittyvänä) - ristiriidat puolison / omaisten kanssa - turvattomuus (mm. kuolemanpelko) <p>Palvelukapeikat</p> <ul style="list-style-type: none"> - sopivan asuin- / sijoituspaikan puute (jonnottamisen ongelma, liikuntaesteitä asuinympäristössä, hissittömyys) - sopivien kotona selviytymistä tukevien palveluiden puute / riittämättömyys - toimintakyvyn ongelmat <p>Päihdeongelmat</p> <ul style="list-style-type: none"> - sopivien hoitopaikkojen puute - mainintoja myös omaisten päihdeongelmista - liittyy usein kaltoinkohtelua ja hyväksikäyttöä <p>Toimeentulo-ongelmat</p> <ul style="list-style-type: none"> - pienet tulot tai avuttomuus raha-asioiden hoitamisessa (Seppänen 2006)

Kaarina Mönkkönen (2007) on määritellyt sosiaalityön osaamisen ulottuvuuksiksi substanssi-, prosessi- ja vuorovaikutusosaamisen. Näistä ensimmäinen on sosiaalityön kes-

keisen tietotaidon osaamista, toinen asiakastyön koko prosessin hallintaa, joka keskittyy kerrallaan yhteen vaiheeseen arvioiden muutoksen etenemistä, ja kolmas teorian hallintaa siitä, kuinka asiakastilanteissa ja moniammatillisissa palavereissa kommunikaatio rakentuu. Mönkkönen sisällyttää vuorovaikutusosaamiseen myös eettisten periaatteiden soveltamisen omaan työhönsä. (Mönkkönen 2007, 22 – 24, 28, 31.) Ylinen (2008) määrittää eettisen asiantuntijuuden omaksi gerontologisen sosiaalityön osaamisalueeksi, muiden osaamisalueiden ollessa gerontologisen sosiaalityön muodollinen ja menetelmällinen asiantuntijuus. Eettisyys korostuu, koska sosiaalityöntekijöiden työ on työtä erilaisten eettisten ristiriitojen ja eri tahoilta tulevien odotusten välissä. Ristiriitoja aiheuttavat ennen kaikkea tarjolla olevien palvelujen niukkuus sekä tilanteesta aiheutuvat vanhusten pakkokotiutukset, omaisten pakkotilanteet selviytyä huonokuntoisen vanhuksen hoitamisesta sekä vanhusten paikasta toiseen siirtelyt, joissa ei taloudellisiin syihin vedoten kunnioiteta vanhuksen osallisuus oikeutta itseään koskevaan päätöksentekoon. Myös omaiset usein lannistavat vanhuksen tahdon ja toiveet osoittaen epäluottamusta vanhuksen arviointi- ja selviytymiskykyyn, rajoittavat itsekäistä syistä vanhuksen oikeutta käyttää omaisuuttaan tai hyväksikäyttävät häntä taloudellisesti. Ylinen puhuu sosiaalityön kaksoisasiakkuudesta, jossa vanhuksen lisäksi asiakkaana on vanhuksen omainen. Sosiaalityöntekijät toimivat usein vanhuksen, omaisen ja ammattihenkilöiden välissä sillanrakentajina, viestinviejinä ja vapaustaistelijoina, joiden tehtävänä on huolehtia ikääntyneiden asiakkaidensa oikeuksista. (Ylinen 2008, 70, 74 – 80.)

Palvelujen niukkuudesta johtuvat ristiriitatilanteet tulivat esille myös Salosen (2002) tutkimuksessa, jossa ammattietiikka määritetään gerontologisen sosiaalityön yhdeksi tietoalueeksi. Tutkimuksessa eettisyys liitetään lisäksi sosiaalityöntekijän käyttämään julkiseen valtaan sekä sosiaalityöntekijän oikeuteen tehdä yksilöpäätöksiä vanhusten ympärivuorokautisen hoidon järjestelyistä, joskus ammattitaitoonsa luottaen jopa vastoin vanhuksen mielipidettä. (Salonen 2002, 128 – 132.)

Gerontologisen sosiaalityön edellä esitetyt substanssiosaaminen (Mönkkönen 2007) ja muodollinen asiantuntijuus (Ylinen 2008) rakentuvat sosiaalityön yleisen mallin ja gerontologisen tiedon integraatiosta. Osaaminen on ihmisen biologisten, fyysisten, psyykkisten ja sosiaalisten vanhenemis- ja mukautumisprosessien sekä ikääntymisen ja vanhuuden kulttuuristen, yhteiskunnallisten ja historiallisten yhteyksien tuntemista, geriatrista tietoa, lainsäädäntö- ja sosiaaliturvatietoa sekä julkisten ja yksityisten palvelujär-

jestelmien ja muiden vanhustyössä toimivien ammattien tuntemista (Salonen 2002, 132 – 144; Koskinen 2003a, 356; Ylinen 2008, 80.) Palvelujärjestelmien tunteminen on myös toiminta- ja menettelytapatietoa organisaatioiden hallinnollisista toimintatavoista, siitä kuinka vanhusta koskevia asioita eri organisaatioissa käsitellään (Salonen 2002, 144 – 147).

Gerontologisen sosiaalityön prosessiosaamisesta (Mönkkönen 2007) on keskusteltu vähän. Sosiaalityön ymmärtäminen muutostyöksi, palvelutyön perinteen muuttuminen ikääntyvien ongelmanratkaisukykyä ja voimavaroja vahvistaviksi käytännöiksi sekä sosiaalityön toimintaympäristön muuttuminen entistä avohuoltopainotteisemmaksi tulevat muuttamaan tilannetta. Pääkaupunkiseudun Gero-hankkeessa on mm. kehitetty asiakastyön malli, jossa sosiaalisella muutostyöllä halutaan tukea ikääntyvän kotona asumista. Muutostyö on prosessi, joka sisältää tilannearvion, sosiaalityön suunnitelman, interventiot, psykososiaalisen tuen, arvioinnin ja seurannan sekä palvelurakenteisiin vaikuttamisen. (Liikanen ym. 2007, 101.)

Tutkijat korostavat vanhuksen kokonaistilanteen arvioinnin olevan gerontologisen sosiaalityön prosessin tärkein ja vaativin vaihe. Voimavaralähtöinen sosiaalityö ei toteudu, jos ikääntyvien tarpeiden sijasta lähtökohtina ovat palvelujärjestelmän rakenteet ja tehokkuus. Olennaisia ovat ikäihmisen elämänhistoria, arjen kokonaisuus, elämäntapa, kokemuksellisuus ja merkitykset sekä keskittyminen ongelmien sijasta ikääntyvän osaamiseen ja vahvuuksiin. Kokonaistilanteen arviointi ohjaa sosiaalityön tavoitteiden asettamista sekä menetelmän valintaa, prosessin jatkuvaa arviointia sekä tavoitteiden uudelleenmäärittelyä. (Nathanson & Tirrito 1998, 8; Lymbery 2005, 153 – 176; Phillips, Ray & Marshall 2006, 97 – 155; Tanner & Harris 2008, 53, 86 – 95.) Vanhusasiakkuus on historiallisesti ja yksilöllisesti rakentunutta vanhusspesifisyyttä. Herkkyys vanhojen ihmisten ikäkokemuksille ja tarpeille nousi mm. Salosen (2002, 119 – 128) tutkimuksessa gerontologisen sosiaalityön taitoalueeksi, joka muiden taitoalueiden rinnalla on tärkeä periaatteellinen ja työskentelyä ohjaava lähtökohta. Vanhusspesifisyyteen liittyy läheisesti sosiaalityöntekijän kulttuurinen lukutaito, jonka avulla hän kykenee ymmärtämään ja tulkitsemaan kulttuurisesti toisistaan poikkeavien vanhusasiakkaiden elämäntilanteita (Salonen 2002, 175 – 176).

Mönkkösen (2007) sosiaalityön vuorovaikutusosaaminen on osa Ylisen (2008, 80) menetelmäasiantuntijuutta, johon lisäksi lukeutuvat yleisen sosiaalityön työmuotoina verkostotyö, asianajo ja voimaannuttaminen (empowerment). Gerontologisen sosiaalityön omana työmuotona Ylinen mainitsee muistelutyön. Muita vanhustyölle sopivia työmuotoja ovat yksilökohtainen palveluohjaus, kotikäynnit / ennakoiivat kotikäynnit sekä painutuva psykososiaalinen työ (Koskinen 2003a, 357; 2008, 443 - 444) sekä sosiaalipedagogiset työmenetelmät (esim. Kurki 2007). Pääkaupunkiseudun Gero-hankkeen sosiaalisia ongelmia koskevassa kyselyssä (taulukko 1) sosiaalityöntekijät kokivat parhaiten kykenevänsä auttamaan ikäihmisten palvelukapeikkoihin sekä toimeentuloon liittyvissä vaikeuksissa. Keinoja tai mahdollisuuksia ei ole riittävästi psykososiaalisten ja mielen-terveysongelmien auttamiseen, vaikeaa on myös puuttua vanhusten kaltoinkohteluun. (Seppänen 2006, 53 – 54.) Hankkeen kuluessa sosiaalityöntekijät tutustuivat toiminnallisten ryhmien vetämiseen, muistelumenetelmään, elämänkerralliseen haastatteluun, läheisneuvonpitoon ja palveluohjaukseen. Uusina työmenetelminä kokeiltiin Kuvastinmenetelmää sekä voimavara- ja huolikarttaa, lisäksi sosiaalityöntekijät kehittivät työhönsä sopivan menetelmän, joka nimettiin asiakasneuvonpidoksi. (Liikanen ym. 2007, 108; Liikanen & Kaisla 2007.)

Synnöve Karvinen (1993b, 157 – 158) listaa Veronica Coulshediin (1988) tukeutuen joukon suomalaisen sosiaalityön perusmenetelmiä. Joukossa on työmenetelmiä, joita ei ole suomalaisissa gerontologisen sosiaalityön kirjoituksissa mainittu, mutta jotka todennäköisesti olisivat hyvinkin tarkoituksenmukaisia ikääntyvien kanssa työskenneltäessä. Näitä työmenetelmiä ovat kriisityö, ratkaisu- ja tehtäväkeskeinen (lyhytterapeuttinen) työ, käyttäytymis- ja oppimisteoreettinen sosiaalityö, perhetyö, ryhmätyön erilaiset sovellukset em. toiminnallisten ryhmien lisäksi sekä yhteisö-, yhdyskunta ja naapurustyö. Työmenetelmien rinnalla sosiaalityöntekijän omat henkilökohtaiset taidot ovat tärkeitä gerontologisen sosiaalityön työkaluja. Salosen (2002, 155 – 175) tutkimuksessa tällaisiksi taidoiksi osoittautuivat vuorovaikutus- ja kohtaamistaitojen lisäksi yhteistyö-, neuvottelu-, päätöksenteko-, riitojen ratkaisu-, tiedonhallinta- ja kommunikatiiviset taidot. Lisäksi tärkeitä taitoja ovat surutyön taidot sekä strategisen suunnittelun valmiudet (Koskinen 2003a, 357; 2008, 443).

Gerontologinen sosiaalityö joutuu arvioimaan työtapojaan ja menetelmiään sekä resurssejaan vanhustyön toimintaympäristön muuttuessa. Sen on vahvistettava, kuten kaiken

muunkin sosiaalityön, innovaatio- ja tutkimuksellista osaamistaan (Rantalaiho 2005, Kemppaisen 2006, 258 mukaan). Gerontologinen sosiaalityö on perinteisesti paikantunut lähelle hoivaa ja hoitoa, vanhusten ympärivuorokautiseen hoitoon sekä niihin kriittisiin solmukohtiin, joissa vanhuksen heikentynyt toimintakyky on edellyttänyt kotona selviytymisen arviointia ja päätöksiä hoitopaikkajärjestelyistä. Voimavaroja on kohdennettava ikääntyvien kotona selviytymisen tukemiseen: ikääntyvistä noin 90 % asuu omassa kodissaan omatoimisesti, omaishoitajina ja -hoidettavina sekä läheisverkoston, vapaaehtoisten, yksityisten tai julkisten palvelujen turvin. Vaikeita elämäntilanteita (Koskinen 2003a, 2008) ja sosiaalisia ongelmia (Seppänen 2006) on paljon. Työmenetelmien kehittämisen rinnalla on selkiytettävä gerontologisen sosiaalityön ja muun sosiaalialan henkilöstön keskinäistä työnjakoa asiakasprosesseissa (esim. Sarvimäki & Siltoniemi 2007) sekä erikoistuttava erilaisiin sosiaalityön työorientaatioihin. Tällaisia sosiaalityön kehittämisen kannalta tärkeitä työorientaatioita ovat ikääntyvien kuntouttava sosiaalityö, yhteisötyö, rakenteellinen työ sekä ennalta ehkäisy ja varhainen puuttuminen. Jälkimmäinen on oma osaamisalueensa, mutta se läpäisee kaikki edelliset työorientaatiot. (Karjalainen & Sarvimäki 2005, 37 – 41.) Pääkaupunkiseudun Gero-hankkeessa työorientaatioita on konkretisoitu ja määritetty niiden gerontologisen sosiaalityön sisältöä. Oma työorientaationa on haluttu säilyttää huolenpidollinen ja huollollinen orientaatio, koska sosiaalityöhön viranomaistyönä sisältyy edelleen myös kontrollin ulottuvuuksia. Tällaisia tilanteita voi syntyä, kun vanhuksen kyky päättää omista asioistaan heikkenee. Huolenpidollinen orientaatio sisältää sitoumuksen siitä, että kaikilla on perustoimeentulo ja ihmisarvoisen elämän edellytykset. (Liikanen ym. 2007, 104 – 105.)

3 IKÄÄNTYVÄ SOSIAALISENA TOIMIJANA

3.1 Toimintateoreettinen lähtökohta

Kaarina Mönkkönen (2007, 156) toteaa, että joskus sosiaalityön asiakas määrittyy vain sairauksiensa tai ongelmiansa kautta ja asiakkaan toimija-identiteetti jää taka-alalle. Tämä vaara on erityisen suuri medikalisoituneessa, niukkojen palvelujen vanhustyössä. Ikääntyvää ei nähdä gerontologisen sosiaalityön eettisten periaatteiden mukaisena toimijana, subjektina, joka tuottaa oman elämänsä tapahtumia ja saa ympäristössä aikaan tarkoitettuja muutoksia (Weckroth 1988, 31).

Toimintateoreettisia suuntauksia on useita. Risto Heiskala (2000, 16) esittää sosiologisiin teoriasuuntauksiin perustuvan toiminnan perusmallin, jonka neljä elementtiä ovat toimija, vähintään kaksi vaihtoehtoista keinoa, päämäärä sekä toimintaympäristö. Eri teorioiden oletukset toiminnan elementeistä vaihtelevat, mutta toimijaa koskevia oletuksia on aina tehtävä vähintään kaksi: toimija on intentionaalinen ja rationaalinen. Hän tavoittelee joitakin päämääriä ja hänellä on kyky ymmärtää päämäärän ja keinon suhde, sen sijaan, että selitystä toiminnalle haettaisiin hänen ulkopuoleltaan (Mönkkönen 2007, 144). Intentionaalinen ja rationaalinen toimija tekee valintoja. Toiminnan määrittämiseen kuuluukin, että päämäärän saavuttamiseksi on oltava vähintään kaksi keinoa, jotta toiminta ei supistuisi pelkäksi päämäärän valinnaksi (Heiskala 2000, 16). Valintojen mahdollisuus ja tieto siitä, että voi valita, tekevät toiminnan mielekkääksi (Mönkkönen 2007, 144 - 145). Toiminta tapahtuu aina jossakin toimintaympäristössä, mutta ympäristöä ei Heiskalan (2000, 16) mukaan juurikaan kuvailla eri teorioissa.

Sosiologisissa toiminnan teorioissa keskeisenä jännitteenä on sosiaalisen järjestelmän ja yksilön välinen suhde. Pääpaino on joko yksilössä, joka toiminnallaan ohjaa sosiaalisen järjestelmän tasolla tapahtuvia ilmiöitä tai sosiaalisissa järjestelmissä. Tällöin yksilön toiminta selittyy hänen sisäistämistään yhteisöä tai sosiaalista järjestelmää koskevista makrotasoisista lainalaisuuksista. (Kangas 1994, 65.) Vastakkainasettelu on tehtävissä myös käsitteillä toiminta ja rakenne. Toisiin ongelmiin sopii paremmin toimintateoreettinen ja toisiin rakenneteoreettinen lähestymistapa. Hyvä teoria pyrkii riittävään rakente- ja toimintatason kattavuuteen, teoreettiseen synteisiin, jossa yhdistellään eri teorioiden toisiaan tukevaa käsitteistöä. (Heiskala 2000, 14 - 15.)

Peter L. Berger ja Thomas Luckmann (alkuteos 1966) ovat vaikuttaneet ikääntymisen ja vanhuuden ymmärtämiseen sosiaalisesti tuotettuna konstruktiona. Heidän toimintateoriassa yksilön ja yhteiskunnan keskinäinen suhde kiteytyy lauseisiin: "Yhteiskunta on ihmisen tuote. Yhteiskunnasta tulee objektiivinen todellisuus. Ihminen on sosiaalinen tuotos." (Berger & Luckmann 1994, 74.) Teoria perustuu fenomenologiselle ajattelulle (Heiskala 2000, 97), jonka mukaan sosiaalinen todellisuus muotoutuu ja uusiintuu ihmisten arkisissa, usein automaattisesti toteutuissa merkityksenanto- ja ymmärtämisteissa ja niiden mukaan ohjautuvassa toiminnassa (Schütz 2007, 289 - 331). Yksilön toiminta ja ihmisten keskinäiset vuorovaikutukset saavat totuttuja tapoja, jotka tyypittyvät ja muotoutuvat vähitellen instituutioiksi. Institutionalisoitumista seuraa vuorovaikutuksen tapojen muuntuminen yhteiskunnan objektiiviseksi todellisuudeksi: "asiat kuuluu tehdä tietyllä tavalla", mikä puolestaan johtaa tarpeeseen legitimoida ne. Legitimaatio kertoo yksilölle, miksi tämän pitäisi toimia tai olla toimimatta tietyllä tavalla. Se kertoo myös sen, miksi tietyt asiat ovat niin kuin ne ovat. Legitimaatiot ilmentävät tietoa ja arvottavat instituutioiden vakiintuneet käytännöt positiivisesti. (Berger & Luckmann 1994, 65 - 69, 108 - 109.)

Anthony Giddensin rakenteistumisteoriaa pidetään yhtenä Bergerin ja Luckmannin teorian nykyversiona. Teoria edustaa edellä mainittua toiminnan ja rakenteiden teoreettista synteesiä. (Heiskala 2000, 13, 102.) Giddensin toimintateoriaan perustuen ikääntyvät ihmiset eivät vain sosiaalistu olemassa oleviin rakenteisiin, toimijoina he myös itse muuttavat ikääntymiseensä vaikuttavia ympäristö- ja yhteiskunnallisia tekijöitä (Jyrkämä 1995a, 41, 234). Giddens halusi poistaa tekijän ja yhteiskunnan rakenteen välisen oletetun vastakohtaisuuden. Rakenteistumisteorian keskeinen ajatus on rakenteen kaksinaisuus; yhteiskunnan rakenteet ovat sekä inhimillisen toiminnan aikaansaannoksia että tämän aikaansaamisen resursseja. Rakenteet ovat sääntöjä ja resursseja, jotka ovat muistijälkinä ilmeneviä ajattomia periaatteita. Käyttämällä hyväksi olemassa olevia sääntöjä ja resursseja tekijät rakenteistavat, luovat ja uusintavat sosiaalista todellisuutta. Rakente on toiminnan väline ja lopputulos. Se edesauttaa, mutta voi myös rajoittaa toimintaa. Giddens näkee tekijän intentionaaliseksi, sosiaalisissa järjestelmissä omaa ja muiden toimintaa reflektiivisesti tarkkailevaksi olennoksi, jolla on kyky toimia toisin ja kyky käyttää valtaa. Valta tässä yhteydessä tarkoittaa inhimillisen toiminnan muutosvoimaa. Toiminta on tavoitteellista ja tulevaisuuteen suuntautunutta, mutta myös rutiineina ta-

pahtuvaa toimintaa. Rutiinit ovat olennaisen tärkeitä, sillä ne luovat ja vahvistavat ole-massaolon jatkuvuutta ja perusturvallisuutta. (Giddens 1985, 5 - 7, 14 - 25, 49 - 50, 60.)

Yksilön ja ympäristön välistä vuorovaikutusta tarkastelee myös psykologisen toiminnan teorian kehittäjä, A. N. Leontjev (1977). Hän näkee toiminnan kolmitasoisena systeemi-senä kokonaisuutena, jossa alemman tason yksiköt saavat merkityksensä ylemmistä. Systeemisen kokonaisuuden tasot ovat toiminta, teko ja operaatio. Toiminnan taustalla on aina joko tiedostettu tai tiedostamaton motiivi. Toiminta puolestaan rakentuu toisiaan seuraavista teoista, jotka ovat alisteisia tavoitteelle tai mielikuvalle toiminnan toivotusta tuloksesta. Toiminta ja teot ovat toisiinsa nähden itsenäisiä. Sama toiminta voidaan to-teuttaa erilaisin teoin ja sama teko voi osallistua eri toimintamuotoihin. Hierarkian alimmalla tasolla ovat tekoja toteuttavat operaatiot (keinot), jotka riippuvat kulloisista-kin teon suorittamisen ehdoista ja olosuhteista. Leontjevin mukaan toiminnan merkitys on kaksiulotteinen. Hän erottaa toisistaan toiminnan kulttuuriset merkitykset sekä toi-minnan mielen eli merkityksen, mikä perustuu henkilön yksilöhistoriaan ja erityisiin häneen liittyviin tilannesidonnaisiin tavoitteisiin. Toiminnan motiiveja, tavoitteita ja menettelytapoja ei hänen mukaansa voida koskaan tarkastella irrallaan yhteiskunnan ulkoisista ehdoista. (Arinen 1977, 9 -10; Leontjev 1977, 78, 92 – 94, 164, 220 - 224.)

Pauli Niemelän (2009) toiminnan teorian keskeinen käsite on hyvinvointi. Teorian mu-kaan ihminen tavoittelee toiminnallaan jotakin hyvää. Toiminnallinen hyvä on hyvin-vointia, jota sosiaalityöntekijät ammattilaisina tukevat ja jonka vajeita he asiakastyös-sään käsittelevät (ks. IFSW 2000; Niemelä 2009, 211 - 212.) Toiminnalla on kolme ta-soa: 1) oleminen (eläminen), 2) tekeminen ja 3) omistaminen, joista kukin reaalistuu ihmisen perusulottuvuuksien mukaisesti fyysis-aineellisena, sosiaalisena sekä psyykkis-henkisenä. Hyvinvointi käsitteellistyy tasoittain tarpeen tyydytyksen tilan saavuttavana hyvänä olona (*well-being*), hyvänä itseään toteuttavana ja tavoitteita saavuttavana toi-mintana ja onnistuneena elämänä (*well-doing*) sekä hyvänä aineellisen, sosiaalisen ja henkisen pääoman omistuksena, menestymisenä ("*well-havig*"/*welfare*). Kaikki hyvin-voinnin tasot ja ulottuvuudet ovat omanlaisiansa. Tarkastelemalla niiden eri puolia ih-misen elämästä saadaan kokonaiskuva, mutta hänen hyvinvointinsa ei ole näiden tasojen ja ulottuvuuksien summa. (Niemelä 2009, 217, 220, 231.)

Tämän tutkimuksen toimija on kotona omatoimisesti asuva ikääntyvä ihminen. Hänen hyvinvointinsa syntyy arjen toiminnasta vuorovaikutuksessa sosiaalisen todellisuuden kanssa. Hänellä on tavoitteita ja päämääriä, jotka toteutuvat erilaisina tekoina sen mukaan minkälaisia keinoja kulloisetkin olosuhteet tarjoavat. Gerontologinen sosiaalityö on hyvinvointityötä, jonka tehtävänä on ikääntyvän toimijan toimintaedellytysten turvaaminen ja kehittäminen. Rakenteistumisteoriaan perustuen sosiaalisen todellisuuden uusintaminen on mahdollista silloinkin, kun toimintatavat ovat institutionaalistuneet ja legitimoituneet.

3.2 Sosiaalinen ikääntyminen

Vanhuus on kollektiivisen konstruoinnin ja neuvottelujen alainen ilmiö, joka muuttaa historian kuluessa rajojaan ja sisältöjään (Vilkkö 2000, 77). Historian kuluessa yksilön ja yhteiskunnan keskinäinen suhde on saanut vanhenemisen teorioissa erilaisia painotuksia kuten toiminnan teorioissakin. Länsimaissa voidaan yleistäen mainita kolme ajallista vaihetta: 1960-luvulle asti vanheneminen nähtiin ensisijaisesti yksilön ongelmana, 1970 - 1980-luvuilla alettiin kiinnittää huomiota vanhenemisen yhteiskunnallisiin rakenteisiin ja 1990-luvulla vanhenemisen viitekehys laajeni globaaliksi. (Phillipson & Baars 2007, 70.)

Eläkkeelle jääminen lisääntyvine vapaa-aikoinen on tuottanut erilaisia yksilön vanhenemiseen liittyviä teoreettisia näkemyksiä (Phillipson & Baars 2007, 7 - 72). Irtaantumisteorian mukaan vanhenemiseen kuuluu olennaisesti yksilön ja yhteiskunnan toisistaan irtautuminen. Ikääntyvä ihminen vetäytyy vähitellen sosiaalisista rooleistaan ja tekee aktiivisesti tilaa nuoremmille ihmisille. Vetäytymiseen oletetaan liittyvän myös muutoksia arvomaailmassa, kuten henkisten arvojen korostuminen aineellisten arvojen kustannuksella. (Jylhä 1990, 107 - 111; Jyrkämä 2001, 293 - 294.) Toisin kuin irtaantumisteoria aktiivisuusteoria pitää onnistuneen vanhenemisen edellytyksinä aktiivisuuden ylläpitämistä ja mahdollisten menetysten kompensoimista jollakin aktiivisella tavalla (Jylhä 1990, 111 - 113; Jyrkämä 2001, 294). Aktiivisuus on liitetty käsitteisiin onnistuva tai onnistunut vanheneminen (successful aging) ja tuottava ikääntyminen (productive aging) (esim. Leinonen 2007), joilla käsitteillä on haluttu vahvistaa myönteistä vanhuuskuvaa, korostaa ikääntyvän väestön voimavaroja sekä vähentää vanhuuden

raihnaisuuteen liittyvää ikäsyrojintää. Tuottelias ikääntyvä halutaan myös pitää pidempään työelämässä.

Irtaantumis- ja aktiivisuusteoriaa, samoin kuin onnistuvan ja tuotteliaan vanhuuden käsitteitä on kritisoitu niiden yleisluonteisuudesta teorioina ja käsitteinä. Lisäksi kritiikki on kohdentunut vanhuuden aktiivisuuden ja tuotteliaisuuden vaatimuksiin. Käsitteet ovat arvosidonnaisia eikä niissä oteta riittävästi huomioon sosiaalisen kontekstin vaikutuksia yksilön käyttäytymiseen. Vanhuuden energisyyttä korostamalla saatetaan leimata saamattomiksi ja epäonnistuneiksi sellaiset ikääntyvät ihmiset, joka irtaantuvat aktiivikaikansa sosiaalisista rooleista. Tuottelias ja aktiivinen vanhuus ei myöskään ole kaikille ikääntyville mahdollinen heidän sosiaalisen asemansa ja toimintakykynsä vuoksi. (Taylor & Bengtson 2001, 120 - 125, 128 - 129, 137 - 138.) Voimavaroja korostamalla vastuutetaan ikääntyvät omaehtoiseen itsestä huolenpitoon. Hyvää tarkoittava lähestymistapa on ikääntymispoliittisissa linjauksissa muodostunut keinoksi, jolla legitimoidaan vanhuspalvelujen resurssien niukentaminen ja ikääntyvien ihmisten jättäminen liiaksi oman onnensa varaan (esim. Ylinen 2008, 81).

Irtaantumis- ja aktiivisuusteorioita on arvioitu kriittisesti ja niillä on puutteensa, mutta ne ovat edelleen keskeisiä tarkasteltaessa vanhenemista yksilöllisenä ja sosiaalisena prosessina (Jyrkämä 2001, 295 - 296). Aktiivisuusteoria on saanut tukea monista tutkimuksista, jotka ovat osoittaneet, miten fyysinen ja psyykinen aktiivisuus, uusien asioiden oppiminen, sosiaalinen verkosto ja saatavilla oleva sosiaalinen tuki merkittävä tavalla ylläpitävät ja parantavat toimintakykyä, iästä ja paljolti sairauksistakin riippumatta sekä auttavat selviytymään itsenäisesti arjen vaatimuksissa (Heikkinen 2002, 28).

Ihmisen sosiaalinen vanheneminen on ymmärrettävissä elämäkulkuna (Marin 2001, 28). Käsitteenä se yhdistää toisiinsa yksilön sisäiset tekijät, ikänormit, kohorttivaikutukset, historian kulun sekä yhteiskunnalliset tekijät. Yksilö nähdään toimijana, joka valinnoillaan ja toimillaan, vuorovaikutuksessa muiden kanssa, rakentaa vallitsevissa olosuhteissa oman elämäkulkunsa. Ihmisten elämäkulut ovat erilaisia eri yhteiskunnissa ja kulttuureissa, mutta toisaalta maailmanlaajuinen vuorovaikutus myös tasoittaa näitä erilaisuuksia. (Elder 1998, 3 - 4; Taylor & Bengtson 2001, 133; Phillipson & Baars 2007, 77, 81 - 82.)

Elämäntarkastus tarjoaa erilaisia lähestymistapoja tarkastella ikääntymistä. Ensimmäinen se antaa perustan ymmärtää yksilön ikääntyminen jatkuvuutena. Tämän näemyksen mukaan ihminen sopeutuu parhaiten vanhuuteen silloin, kun hän saa säilyttää aikaisemmissa elämänvaiheissaan omaksumansa käyttäytymismallit (Atchley 2000, 47). Elämäntarkastusta tarkastellaan myös ikävaiheina, joilla tarkoitetaan kronologista ikää tai ikäryhmää. Samaan ikäryhmään kuuluvien yksilöiden elämäntilanteet voivat olla hyvin erilaisia, toisin kuin jos elämäntarkastuksen näkökulmana ovat elämänvaiheet. Samaa elämänvaihetta eläviä ihmisiä yhdistävät samansisältöiset elämäntapahtumat, kuten puolison kuolemaa seuraava yksinäisyys ja oman elämänsä järjestämistä koskevat kysymykset. Elämäntarkastusta lähestytään lisäksi ikäkohortteina, jolloin samana ajanjakso-eroina syntyneet ihmiset jakavat yhteisen historiallisen kokemusmaailman. (Marin 2001, 19 – 27.) Esimerkkinä J. P. Roosin (1987, 53 - 56) sukupolviluokitus¹¹, jonka "sotien ja pulan sukupolvi" on työnsä tehnyt ja antaa nyt tilaa "sodanjälkeisen jälleennrakennuksen ja nousun sukupolven" vanhuudelle (vuosina 1920 - 1930 syntyneet) sekä kolmannen iän elämänvaiheeseen siirtyvälle "suuren murroksen sukupolvelle" (1940-luvulla syntyneet).

Vanhenemista lähestytään usein yleistyksinä. Ikääntymistä kiitellään vapauden, uusien kiinnostuksen kohteiden ja pakottavien velvoitteiden vähenemisen aikana. Vanhuudesta puhutaan eletyn elämän, viisauden ja kypsyyden aikana, mutta toisaalta fyysisten sairauksien, sosiaalisen aseman heikkenemisen sekä sosiaalisten suhteiden ja riippumattomuuden menetysten aikana. Yleistyksissä ei riittävästi tunnisteta arkielämän moninaisuutta. Ikäihmiset kohdataan ryhmänä, vaikka vanheneminen on aina yksilöllinen prosessi. (Westerhof & Tulle 2007, 236, 248.) Jo pelkästään ihmisen ikä on moninainen. Kalenteri-ikä lisäksi yksilön biologinen, sosiaalinen, persoonallinen ja subjektiivinen ikä vaikuttavat hänen käyttäytymiseensä. Kuinka nuoreksi tai vanhaksi ikäihminen itsensä tuntee vaikuttavat hänen oman kehonsa fyysiset tuntemukset, millaiseksi vanhuus määritellään sosiaalisesti kunakin aikana sekä minkälaisia henkilökohtaisia tavoitteita yksilö on elämälleen asettanut ja niistä saavuttanut. Subjektiivinen ikä on edellisistä

¹¹ Juha Kauppilan ja Hannu Huotelinin tulkinnan mukaan vastaavat koulutuskokemuksiltaan toisistaan eroavat yhteiskunnalliset sukupolvet ovat "sodan ja niukan koulutuksen sukupolvi" (vuonna 1935 tai sitä ennen syntyneet) sekä "rakennemuutoksen ja kasvavien koulutusmahdollisuuksien sukupolvi" (vuosina 1935 - 1955 syntyneet). Näistä edellinen sukupolvi on kokenut elämän kamppailuksi ja kovaksi työn tekemiseksi. Niukat koulutusmahdollisuudet ovat olleet ihmisiä erotteleva tekijä, mistä syystä koulutus on heille helpomman elämän mahdollistama ihanne. Työ on keskeinen sisältö rakennemuutoksen sukupolvellekin, mutta työ on usein yhdistynyt koulutukseen ja koulutus toimii ammattiuran välineenä. (Kauppila 1996, 46 - 49.)

henkilökohtaisin, minuuteen liittyvä tunne, joka avaa näkymän kronologiseen ikään ja osoittaa sen suhteellisuuden. (Tikka 1994, 159 - 164.) Seurantatutkimukset osoittavat, että ikäihmisillä on taipumus tuntea itsensä kalenteri-ikänsä nuoremmiksi. Tämä taipumus on suhteellisen pysyvä yksilöllinen ominaisuus, joskin iän subjektiiviseen kokemukseen vaikuttavat merkittävästi yksilön terveys ja toimintakyky. (Uotinen, Rantanen, Suutama & Ruoppila 2006, 389 - 391; Westerhof & Tulle 2007, 249 – 251.)

Ihminen sosiaalistuu vanhuuden rooleihin sosiaalisen todellisuuden vuorovaikutussuhteissa. Vaikka vanhuuden rooleja koskevat normit ovat aikaisempaan nähden joustavampia ja sallivampia, merkitsee vanhuuteen sosiaalistuminen monella tavalla sosiaalisen statuksen heikkenemistä. (Tornstam 2005, 142 - 145.) Vanheneva keho tuottaa kielteisiä ja stereotyyppisiä asenteita ikääntymiseen, mikä näyttäytyy yhteiskunnassa vanhenemisen ja kuoleman pelkoina. Kielteiset asenteet näkyvät ikäihmisten kohtelussa sekä tavassa, miten heitä puhutellaan. (Westerhof & Tulle 2007, 244 – 246.) Asenteet heijastuvat myös ikääntyvien arviointeihin omasta ihanneistään. Vanhuus torjutaan ja nuoruutta ihannoidaan. Tutkimusten mukaan ikäihmisistä suuri osa haluaisi olla kronologista ikäänsä huomattavasti nuorempi. (Uotinen ym. 2006, 389 – 390; Tanner & Harris 2008, 14.)

Vanhoihin ihmisiin ja vanhenemiseen liittyviä kielteisiä ja syrjiviä asenteita sekä käytäntöjä kutsutaan ageismiksi, jonka käsitteen otti käyttöön amerikkalainen psykiatri Robert Butler vuonna 1969 (Bytheway 1995, Julkusen & Pärnäsen 2005, 64 mukaan). Todd D. Nelsonin (2002) toimittamassa teoksessa tutkijat kirjoittavat ageismia synnyttävistä asenteista, arvostuksista, uskomuksista ja ennakkokäsityksistä. Vielä ei riittävästi tunneta niiden syntymekanismeja. Vanhuuteen liittyy ikädiskriminaatiota ja stereotyyppisiä yleistyksiä kykenemättömyydestä ja vetäytyneisyydestä. Toisaalta vanhuksia arvostetaan ja heitä koskevat yleistyksiset palauttavat mieliin "isoäidin lämmön". Ageismi on verrattavissa rasismiin ja seksismiin, mutta ageismin tekee mielenkiintoiseksi sen kohderyhmä, sillä periaatteessa jokainen tulee kuulumaan tähän ryhmään.

Antti Karisto (1997, 14 - 15) pohtii vanhuuteen liittyvien sanojen välttelyä: onko vanhuudessa sittenkin jotakin vikaa, kun on käytettävä kiertoilmaisuja ”ikäihmiset”, ”ikäntyvät” tai ”seniorit”? Henkilökohtaisten arvojen juuret ovat yhteiskunnan rakenteissa ja kulttuurihistoriassa. Asialle ei ole eduksi julkinen mediakeskustelu, jossa vanhuksia

pidetään hoitotaakkana, eläkepommina ja huoltorasituksena. (Tanner & Harris 2008, 12, 214.) Syrjintä heikentää vanhusten itsetuntoa ja johtaa pahimmillaan eristäytymiseen sekä toimintakyvyn heikkenemiseen. Kielteisyyden kierteen katkaiseminen edellyttää arvokeskusteluja, ikäihmisten elinolosuhteiden parantamista sekä ikäihmisten itsemääräämisoikeuden ja vaikutusvallan lisäämistä. (Tornstam 2005, 170 - 174.) Onnistuvasti vanheneva yhteiskunta huolehtii siitä, että sen toimenpiteet ja käytännöt antavat kaiken ikäisille mahdollisuuden näkyä, toimia ja vaikuttaa (Marin 2002, 96).

3.3 Toimintakyky ja toimijuus

Sosiaalinen vanheneminen uusiintuu ja rakenteistuu myös erilaisissa vanhustyön toimintakäytännöissä. Näihin toimintakäytäntöihin sisältyy sisäänrakennettuja sääntöjä, normeja ja niiden ylläpitämisessä ja uudelleenmuotoutumisessa on aina kysymys myös vallasta: kuka ylläpitää, kuka kykenee muuttamaan niitä, kuka määrittelee merkitykset ja kuka sen, mitä sääntöjä noudatetaan. (Jyrkämä 1995b, 246 - 247, 249.) Tällainen toimintakäytäntö on esimerkiksi erilaisten sosiaalisten etuuksien ja palvelujen myöntämistä koskeva päätöksenteko, joka perustuu ikääntyvän toimintakyvyn arviointiin. Omat toimintakäytäntönsä kietoutuvat toimintakyvyn määrittelyyn ja mittaamiseen. Sosiaalisen haasteena vanhustyössä ovat käytännöt, joissa toimintakyvyn arviointi ja palvelujen myöntämisen kriteerit medikalisoituvat sairauksiksi ja diagnooseiksi.

Ongelmana on, että toimintakyvyn yleisesti hyväksyttyä, yhtenäistä käsitteistöä ei ole (Rissanen 1999, 30). Kyse on yksilön laaja-alaisesta hyvinvoinnista, jossa huomio kiinnitetään joko yksilön jäljellä olevaan toimintakykyyn tai todettuihin toiminnanvajauksiin (Laukkanen 2003a, 255). Ihmisen terveys rakentuu fyysisen, kognitiivisen, psyykkisen ja sosiaalisen osa-alueista (Voutilainen & Vaarama 2005, 16).¹² Näistä fyysistä toimintakykyä on eniten ja pisimpään tutkittu perustellen, että ensisijaisesti biologiset vanhenemisprosessit rajoittavat toimintakykyä ja että vanhenemisen seuraukset ovat

¹² Kognitiivinen toimintakyky käsittää yksilön muistin, oppimisen, tiedon käsittelyn, toiminnan ohjauksen sekä kielellisen toiminnan. Psykkinen toimintakyky on yksilön elämänhallintaa, mielenterveyttä ja psyykkistä hyvinvointia. (Voutilainen & Vaarama 2005, 16.)

selvimmin näkyvissä yksilön fyysisellä alueella (Rissanen 1999, 31)¹³.

Vaikka fyysiset ominaisuudet rajoittaisivatkin ikäihmisen toimintaa, hän on edelleen kykenevä kokemuksiin. Ihmistä on ymmärrettävä suhteessa hänen elämäänsä, persoonana, joka paitsi että on vanhempi, on edelleen sitä mitä hän on aina ollut. (Kurki 2007, 27; Tanner & Harris 2008, 11, 37 - 38.) Sosiaalisen toimintakyvyn määrittämisen vaikeutena ovat vanhenemisen sosiaalisuuden monikerroksisuus ja -ilmeisyys. Kari Salonen (2007a) mm. tarkastelee tutkimuksessaan vanhuuden sosiaalisuutta käsitteellä ”sosiaalinen olomuotoisuus” yhtenä ihmisen olemassaolon muotona. Käsite vastaa Lauri Rauhalan (2005) holistisen ihmiskäsityksen tilanteen käsitettä, mutta syventää vanhuuden *sosiaalisen* tietoperustaa. Sosiaalinen olomuotoisuus on Salosen mukaan ihmisen elämäkokonaisuus, joka on muotoutunut ja muotoutuu jatkuvasti uudelleen yksilöllisesti, paikallisesti, kulttuurisesti, rakenteellisesti ja ajallisesti. Olomuotoisuuden tasoina ovat ikäihmisen sosiaalinen identiteetti, hänen jokapäiväinen toimintansa, häntä elämässä kiinni pitävät sosiaaliset ja fyysiset ympäristöt sekä suomalainen yhteiskunta historiallisine tapahtumineen. (Salonen 2007a, 27 - 29, 142 - 151; Salonen 2007b, 347 - 348.)

Sosiaalista toimintakykyä on eri tutkimuksissa harvoin käsitteellistetty ja käsitteen käyttö on vakiintumatonta (Vaarama & Kaitsaari 2002, 122). Käsitteen keskeisinä ongelmina ovat sen kontekstisidonnaisuus ja suhteellisuus sekä psyykkisen ja sosiaalisen keskinäinen suhde ja päällekkäisyys (Heikkinen 1987, 32 - 33). Eräänlaista rajausta kuitenkin on tehty. Sosiaalisen toimintakyvyn käsitteeseen on sisällytetty ainakin kaksi komponenttia: ihminen vuorovaikutussuhteissaan sekä ihminen aktiivisena toimijana ja osallistujana yhteisössään ja yhteiskunnassa. Vuorovaikutus ilmenee yksilön kykyinä suoriutua sosiaalisista tilanteista sekä kykyinä toimia yhteiskunnan jäsenenä. (Heikkinen 1987, 34; Rissanen 1999, 40 - 41.) Eri tutkimuksissa sosiaalisen toimintakyvyn käsitteeseen on sisällytetty mm. yksilön suhteet lähiomaisiin ja sosiaalisten suhteiden sujuvuus, harrastaminen ja osallistuminen, koettu yksinäisyys, mutta myös vastuu perheestä sekä elämän voimavarat ja elämän mielekkyys. (Vaarama & Kaitsaari 2002, 122.)

¹³ Sairastavuuden todennäköisyys lisääntyy ihmisen ikääntyessä. Haastattelutiedon perusteella terveiden osuus 75–84-vuotiaista on noin 15 % ja yli 85-vuotiaista 10 %. Iän myötä lisääntyy myös monitautisuus: esimerkiksi 75-vuotiailla todetaan keskimäärin kaksi pitkäaikaissairautta ja 90 vuoden iässä luku kohoaa naisilla noin neljäksi ja miehillä noin kolmeksi pitkäaikaissairaudeksi. (Heikkinen 2008b, 403.)

Käytännön vanhustyössä ikäihmisen toimintakyvyn arviointi rajautuu yleensä hänen selviytymiseensä päivittäisistä perustoiminnoista, henkilökohtaisesta hygieniasta sekä asioiden hoitamisesta ja asioinnista kodin ulkopuolella (Laukkanen 2003b, 289, 295). Käytössä ei ole sellaista yhtenäistä toimintakykymittaristoa, jonka avulla ikäihmisten toimintakyky voitaisiin arvioida riittävässä laajuudessa. Erityisesti psyykkisen ja sosiaalisen toimintakyvyn sekä ympäristötekijöiden arvioinnit jäävät liian vähäiselle huomiolle.¹⁴ Yleisimmin on käytössä fyysistä toimintakykyä mittaava RAVA -toimintakykyindeksi, jossa on 10 fyysisen toimintakyvyn osiota sekä kognitiivisen ja psyykkisen toimintakyvyn osiot, kumpaakin yksi. Indeksia täydennetään usein kognitiivista toimintakykyä mittaavalla muistitestillä. (Voutilainen & Vaarama 2005, 24 - 29, 42.) RAVA -indeksi on mittarina nopea ja helppokäyttöinen. Se soveltuu yksittäisen vanhuksen toimintakyvyn arviointiin, mutta erityisesti se on suunniteltu organisaatioiden tarpeisiin antaen toimintayksiköiden välistä vertailutietoa sekä ohjeellisia viitearvoja ja kunnan vanhuspoliittiseen suunnitteluun. (Rajala, Lahtinen & Paunio 2001.)

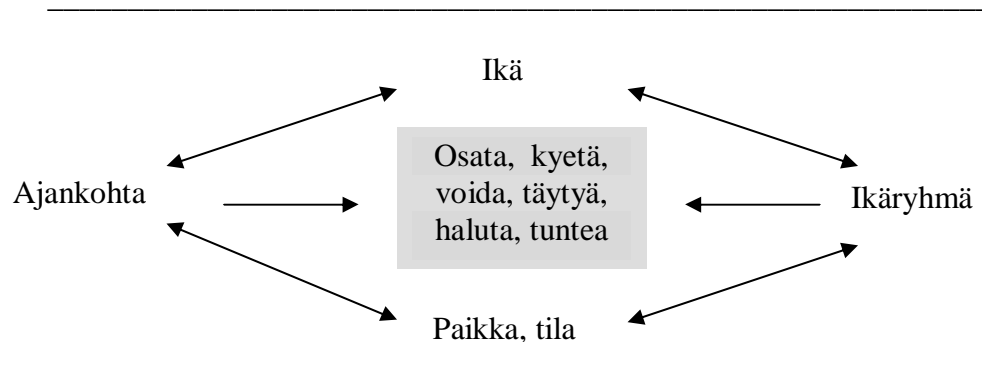
RAVA -toimintakykyindeksin yleisyys kuvaa vanhustyön toimintakäytäntöjä. Tärkeitä ovat palvelujärjestelmän toimivuus ja tehokkuus, mikä käytännössä näkyy sosiaali- ja terveydenhuollon palvelujen kohdentumisena fyysisesti huonokuntoisimmille vanhuksille. Avohuoltopainotteisten ikääntymispoliittisten tavoitteiden toteutuminen edellyttää myös toisenlaista tehokkuutta. Suunnittelun lähtökohdaksi on asetettava mahdollisimman monen ikäihmisen mahdollisuudet elää omaehtoista, täysipainoista ja mielekästä elämää omassa kodissa. Tämä edellyttää mm. ehkäisevän toiminnan ja palvelujen lisäämistä. (Sosiaali- ja terveysministeriö & Suomen Kuntaliitto 2008.)

Toiminnan teoria tarjoaa toimintakykymittareiden rinnalle ikääntymispoliittisia tavoitteita palvelevan toimintakäytännön. Ikääntyvän ihmisen ymmärtäminen intentionaalise-
na ja rationaalise-
na toimijana pakottaa tarkastelemaan vanhenevaa ihmistä kokonaisuu-

¹⁴ Vertailuesimerkinä Maailman terveysjärjestön WHO:n (2001) ICF-luokitus (International Classification of Functioning, Disability and Health), joka antaa tietoa toimintakyvyn laajan kokonaisuuden hahmottamiseksi sekä sen monipuoliselle ja kattavalle arvioinnille (Voutilainen & Vaarama 2005, 17). ICF on kansainvälinen luokitusjärjestelmä, joka tarjoaa viitekehyksen niin yksilö- kuin väestötason toiminnallisen terveydentilan tarkastelulle ja vertailulle. Luokitus ottaa yksilön fysiologisten ja fyysisten tekijöiden lisäksi huomioon hänen toimintansa ja osallisuutensa elämän eri tilanteisiin sekä kontekstuaalisina tekijöinä yksilön fyysisen, sosiaalisen ja asenneympäristön sekä häneen itseensä liittyvinä taustatekijöinä sukupuolen, iän, elämäntavat, elämäntapahtumat ja selviytymisstrategiat. Fyysiset ja kontekstuaaliset tekijät kuvataan luokituksessa toimintaa ja osallistumista edistävinä tai rajoittavina tekijöinä. (WHO & Stakes 2005, 10 - 18.) ICF-luokitus on yksityiskohtainen ja sen tekeminen vie paljon aikaa, eikä siksi ole valikoitunut kiireisen asiakastyön käytännöksi.

tena, toimijana tietyssä ajassa ja paikassa (Jyrkämä 2007b, 106). Ihmisen ymmärtäminen toimijana merkitsee tahdon vapauden korostamista, sillä ihmiselle nähdään ominaiseksi, että hän voi periaatteessa aina valita - valita myös toisin. Toimijanäkökulma merkitsee lisäksi sitä, että toimintaa ei ole mahdollista ymmärtää pelkästään ihmisestä käsin, vaan ihmisen ja tilanteen suhteena. (Hänninen 1989, 26 - 27.)

Jyrki Jyrkämä (2003a; 2003b; 2004; 2007a, 206 - 207; 2008, 193 - 196) tutkii ja analysoi toimijuutta tarkoitukseen muokkaamansa semioottisen modaalisuuden¹⁵ viitekehyksessä. Mallissaan (kuvio 1) hän asettaa toimijuuden modaliteetit kontekstuaalisiin yhteyksiinsä, joita ovat toimijan ikä, ikäryhmään tai sukupolveen kuuluminen, toiminnan ajankohta sekä kulloinkin paikka tai tila. Malli antaa väljän tulkintakehyksen tämän tutkimuksen empiirisen osan sisällönanalyysille, kun selvitetään kotona omatoimisesti asuvan ikääntyvän toimijuutta voimavaraistavia ympäristötekijöitä.



KUVIO 1. Toimijuuden modaliteetit ja kontekstuaalisuus (Jyrkämä 2007a, 207)

Ihmisen toimijuus on jotakin, joka syntyy, muotoutuu ja uusiutuu kontekstissaan modaalisten ulottuvuuksien yhteen kietoutuvana kokonaisdynamiikkana. Modaaleista ”osata” viittaa laajasti yksilön tietoihin ja taitoihin, erilaisiin pysyviin osaamisiin, joita ihmisi-

¹⁵ Semioottista lähestymistapaa on alunperin sovellettu tekstien ja niihin liittyvien merkitysten analysointiin. Semioottinen modaalisuuden käsite liittyy sosiaalisen todellisuuden rakennusaineiksina olevien arvojen ja näkökulmien tunnistamiseen. Modaliteetteja ovat haluaminen, kykeneminen, osaaminen, täytyminen ja näiden johdannaiset. Modaalinen ominaisuus viittaa tekijään itseensä tai johonkin ulkopuoliseen toimijaan: kykeneminen ja velvoite ovat ainakin useimmiten jonkun ulkopuolisen antamia tai aikaansaamia toiminnan motiiveja ja voimavaroja, osaaminen ja tahtominen taas subjektin itseensä viittaavia ominaisuuksia. Osaaminen on subjektin pysyvä, usein hankittu ominaisuus eli kompetenssi, kun taas kyky viittaa tilannekohtaisiin tekijöihin. (Sulkunen & Törrönen 1997, 72, 83, 88 - 89.)

nen on elämänkulkunsa aikana hankkinut tai tulee hankkimaan. ”Kyetä” -ulottuvuudessa on kyse fyysisistä ja psyykkisistä kyvyistä ja kykenemisistä. ”Haluta” liittyy motivaatioon ja motivoituneisuuteen, tahtomiseen, päämääriin ja tavoitteisiin. ”Täytyä” -ulottuvuuden piiriin kuuluvat fyysiset ja sosiaaliset – normatiiviset ja moraaliset – esteet, pakot ja rajoitukset. ”Voida” viittaa mahdollisuuksiin, joita kulloinenkin tilanne ja siinä ilmenevät erilaiset rakenteet tuottavat ja avaavat ja ”tuntea” liittyy ihmisen perusominaisuuteen arvioida, arvottaa, kokea sekä liittyy kohtaamiinsa asioihin ja tilanteisiin tunteitaan. (Jyrkämä 2007a, 206 – 207; Jyrkämä 2008, 195.) Leontjevin (1977, 161 – 168) mukaan tunteet heijastavat subjektin ja ulkomaailman suhdetta. Ne ohjaavat toimintaa ja kytkeytyvät kiinteästi motiiveihin. Emootiossa ympäristö havaitaan siinä valossa, mikä merkitys sillä on kulloisenkin toiminnan kannalta; esimerkiksi ulkopuolisen apu kodin siivouksessa koetaan ehkä emotionaalisesti vastenmielisenä yksityisyyden alueelle tulemisena toimintakyvyn ollessa hyvä, mutta iloisena asiana, kun itse ei jaksa siivota.

Jyrkämä havainnollistaa modaliteettimalliaan pankkiautomaatti -esimerkillään. Tilanteeseen voi yhdistyä erilaista haluamista: yksi haluaa opetella käyttämään pankkiautomaattia, toinen ei, joku pyytää osaavan ja kykenevän lapsenlapsensa mukaan. Eroja on myös täytymisen suhteen: paikkakunnalta, jolta pankin konttori on viety, ei löydy vaihtoehtoja. Tuntemisenkin osalta tiedetään, että ikääntyneet usein arvostavat totuttua henkilökohtaista pankin palvelua tiskiltä. On olemassa ihmisiä, jotka kuuluvat tyyppiin ”osaan, haluan, kykenen ja pidän” pankkiautomaatin käytöstä. On myös heitä, jotka kuuluvat tyyppiin ”osaan, kykenen, mutta en halua” tai ”kykenen, haluan, mutta en osaa” ja niin edelleen. Tutkimuksen näkökulmasta kiinnostus kohdentuu erilaisiin ihmisiin, tilanteisiin ja toimintavaihtoehtoihin. (Jyrkämä 2007a, 208; Jyrkämä 2008, 196 – 196.)

Toimijuus on prosessinomaista. Kyvyt, osaamiset, haluamiset, täytymiset, voimiset ja tuntemiset vaihtelevat ja muuttuvat. Vanhetessa ihmisen kyvyt voivat heiketä, mutta samalla hän voi oppia uutta, haluta jotakin sellaista mitä ei ole aikaisemmin halunnut, kohdata uusia rajoitteita, tavoitella ja tavoittaa uusia mahdollisuuksia sekä tuntea monenlaisia tunteita. Toimijuus käsitteellisesti ei ole yhtä kuin toimintakyky. Perinteisesti ymmärrettyä toimintakykyä on osin kykenemisen ”sisällä” sekä osin osaamisen ja tuntemisen modaliteeteissa, mutta toimijuus muodostuu olennaisesti modaliteettien koko-

naisuudesta. Toimijuus ja toimintakyky eivät käsitteinä ja näkökulmina kilpaile keskenään. Kummallakin on omat alueensa, jotka sivuavat toisiaan ja menevät joiltain osin päällekkäin. Toimintakykymittareita tarvitaan edelleen, mutta palveluja ja tukea arvioitaessa ja määritettäessä ikääntyvä ihminen on otettava huomioon myös toimijana, oman elämänsä subjektina. Tuen ja palvelujen tavoitteena voisi olla modalityettien yhteen nivoituminen "tilanteelliseksi eheydeksi". (Jyrkämä 2008, 196, 199 - 201.)

4 IKÄÄNTYVÄN TOIMIJAN VOIMAVARAISTUMINEN

4.1 Voimavarojen pääomavaranto

Eläkeläisryhmissä sanotaan: "Ei me olla vanhoja, vaan kauan eläneitä." Jäsentensä korkeasta kalenteri-ikästä huolimatta ryhmien toiminta on rikasta ja aktiivista. Leena Kurki (2007, 18) kannustaa ikäihmisten sosiokulttuuriseen innostamiseen: "- - nuoruutta ja vanhuutta ei oikeastaan ole olemassa. - - On vain ihmisiä, persoonia, jotka elävät määrättyissä olosuhteissa ja tietyssä konkreettisessa elämänsä syklin hetkessä." Kyse on iättömästä minuudesta (the ageless self), ihmisen identiteetistä, joka pysyy muuttumattomana vanhuuden mukanaan tuomista sairauksista ja sosiaalisista muutoksista huolimatta (Kaufman 2000, 103 – 110).

Lukuisissa tutkimuksissa on todettu, että vaikka ihmisen terveys ja objektiiviset elämänlaadun osatekijät heikkenevät, subjektiivinen elämään tyytyväisyys lisääntyy iän myötä. Tätä pidetään gerontologisen elämänlaatututkimuksen ”paradoksina” (Daatland & Hansen 2007, 43 – 44). Toimintakyvyn heikentyessä ihminen pyrkii monella tavalla maksimoimaan suorituksensa ja minimoimaan menetyksensä. Baltesin ja Baltesin (1990, Helinin 2000, 22, 161 mukaan) valikoivan optimoinnin ja kompensoinnin SOC-malli (The model of selective optimization and compensation) kuvaa yleisellä tasolla vanhenemiseen sopeutumista. Malli sisältää kolme sopeutumista ja onnistunutta vanhenemistä edistävää perusprosessia: valikoinnin, optimoinnin ja kompensoinnin. Valikointi tarkoittaa toiminnan tavoitteiden määrän vähentämistä omia voimavaroja vastaaviksi. Optimoimalla olosuhteet ikääntyvä luo erilaisia keinoja saavuttaakseen valitsemansa tavoitteensa. Jos valikointi ja optimointi eivät tuota tulosta hän turvautuu korvaaviin eli kompensoiviin toimiin. (ks. myös Sarola 1994, 116 - 117, 120; Nurmi & Salmela-Aro 2000, 96 - 97; Heikkinen 2002, 26; Tornstam 2005, 261 - 262; Marcoen, Coleman & O’Hanlon 2007, 42 - 43.)

SOC-käyttäytyminen lisää yksilön elämäntyytyväisyyttä. Malli perustuu psykologiseen orientaatioon ja keskittyy lähinnä ihmisessä itsessään tapahtuvaan sopeutumiseen (Dittmann-Kohli & Jopp 2007, 272 - 275). Satu Helin (2000, 173 - 180) on tutkimuksessaan tuottanut uutta ikääntymisen kompensointiprosessia koskevaa ymmärrystä. Tutkimuksessa erottautuivat toisistaan iäkkäiden henkilöiden kompensoivan käyttäyty-

misen prosessi sekä kompensoivat toimet. Edellinen tarkoittaa iäkkäiden henkilöiden mielessä tapahtuvaa oman tilanteen arviointia sekä tavoitteiden määrittämistä tasapainoisen tilan ylläpitämiseksi olemassa olevien voimavarojen ja toimintojen vaatimusten välillä. Kompensoivia toimia puolestaan ovat konkreettisesti määriteltävät tai havaittavat yksilön itsensä toteuttamat toimintakäytäntöjen muutokset sekä ulkopuolisen antama apu ja tekninen kompensatio, kuten apuvälineet, kuljetuspalvelu tai asunnon muutostyöt.

Helin toteaa, että ikääntyvän mielen prosessit ovat olennainen osa koko kompensatio-prosessia. Vanhuuteen sopeutumista auttaa toimintarajoitteiden ilmaantuminen vähitellen. (Helin 2000, 173.) Oman elämän hallinta liittyy toimijuuden subjektiivuuteen, ja siinä oman kompetenssin eli pätevyyden tunteen ylläpitämiseen ja kehittämiseen. On tärkeää, että ikääntyvä ihminen kokee kykenevänsä itsenäisesti vaikuttamaan elämäänsä sekä tekemään elämäänsä koskevia ratkaisuja ja päätöksiä. Edelleen on tärkeää, että hänellä on taitoja käsitellä elämän muutos- ja kriisitilanteita sekä kykyä hallita niitä sosiaalisia rooleja, joita yhteiskunnassa ikäihmiselle asetetaan. (Ruoppila 2002, 143.)

Muutosten keskellä ihminen pyrkii täyttämään turvallisuuden tarvettaan ylläpitämällä elämänsä jatkuvuutta, järjestystä ja sisäistä tasapainoa (Kaufmann 1970, Niemelän 2000, 22 mukaan). Sopeutumisen voimavarat löytyvät yksilön aikaisemmista elämäntapahtumista, ystävyysuhteista, osallistumisesta erilaisiin harraste- ja muihin toimintoihin, perheestä sekä ympäristön häneen kohdistamasta arvostuksesta (Kivelä 1997, 152 - 154, 162, 165 - 166). Vanhuuteen kypsyminen ja sopeutuminen ovat ikääntyvän itsestään lähtevää voimaantumista, jossa tärkeitä ovat hänen kykynsä orientoitua tulevaisuuteen riittävän aikaisin sekä kyky kyseenalaistaa toimintastrategioitaan (Siitonen 1999, 120).

Voimavaratutkimuksia on tehty runsaasti ja monesta eri näkökulmasta. Käsitteenä voimavara on sisällöltään hajanainen. (Hokkanen, Häggman-Laitila & Eriksson 2006, 18.) Usein voimavaroja kuvaamaan käytetään pääoma -käsitettä. Pääoma viittaa yksilöllisiin ja yhteiskunnallisiin ominaisuuksiin, toimintaresursseihin ja mahdollisuuksiin. Pääomat ovat resursseja, joita ikäihminen voi hyödyntää ja käyttää vaihdon välineenä toiminnan eri areenoilla. Mitä enemmän hänellä on pääomaa ja mitä arvokkaampaa se kulloisenkin

toiminnan kannalta on, sitä paremmin hän onnistuu. (Marin 2002, 100 – 101; Koskinen 2004, 46.)

Simo Koskinen (2004, 2005) on kehittänyt vanhuuden voimavaroja ja pääomia näkyväksi tekevän neliosaisen luokituksen, jonka pääluokkia ovat 1) ikääntyneiden kollektiiviset ja ryhmätason voimavarat, 2) sosiokulttuuriset voimavarat (kulttuurinen pääoma), 3) ympäristöön liittyvät voimavarat (sosiaalinen pääoma) sekä 4) psyykkiset ja henkiset voimavarat (persoonallinen pääoma). Näistä viimeiset ovat kaikkein yksilöllisimpiä resursseja. Myös Koskinen toteaa, että psyykkisten ja mielen voimavarojen säilyminen, elämän tarkoituksellisuus, myönteinen elämänasenne sekä elämään tyytyväisyys ovat ratkaisevan tärkeitä selviytymiselle kotona mahdollisimman pitkään. (Koskinen 2004, 75 - 76, 79 - 80; 2005, 195.)

Nelikenttä kertoo ikääntyvien voimavaroista, mutta myös siitä, että ikääntyvät itse ovat yhteiskunnan voimavara. Yksilötason taloudelliset resurssit, parantunut asumistaso, lisääntynyt koulutus sekä terveyden ja toimintakyvyn säilyminen hyvänä yhä pidempään muodostavat ryhmätason kollektiivisten voimavarojen perustan. Ikääntyvillä on potentiaalista poliittista valtaa, työkykyä, hiljaista tietoa sekä käden taitoja. Heidän arvonsa omaishoidossa, vapaaehtoistyössä ja järjestötyössä on merkittävä. Koskinen pääomaluokista kulttuurinen pääoma sisältää sosiokulttuurisia, vanhuuteen elämänvaiheena liittyviä voimavaroja. Ne liittyvät kolmannen iän vapauksiin, vanhuuden elämäkokemukseen ja kehitystehtävään sekä ikääntymisen myötä kypsyviin elämäntaitoihin. Ikääntyneet ovat kulttuurin tuottajia, kuluttajia ja välittäjiä. (Koskinen 2004, 53 - 71, 79; 2005, 195.)

Koskinen määrittää ikääntyvien sosiaalisiksi pääomaksi asuin ympäristön ja kodin merkitykset, sosiaalisen verkoston sekä perheen ja isovanhemmuuden (Koskinen 2004, 72 - 75, 79; 2005, 195). Sosiaalinen pääoma käsitteenä on moni-ilmeinen. Useimmiten sen katsotaan muodostuvan sosiaalisista verkostoista, joita pitävät koossa toimijoiden toisiinsa kohtaan tuntema luottamus sekä luottamukseen kytkeytyvät vastavuoroisuuden odotukset. (Putman 1993, Ilmosen 2000, 10.) Sosiaalinen pääoma kasautuu yhteisöön, jossa perinteisesti valitsee me-henki ja yhteenkuuluvuuden tunne. Markku T. Hyypä (2002) kutsuu me-asennetta yhteisöllisyydeksi. Kantavina voimina ovat yhteisön ylpeyden tunne yhdessä onnistumisesta, toinen toisistaan välittämisestä sekä onnellisuus vastavuo-

roisuudesta ja ystävistä. Kansalliset ja kansainväliset tutkimukset osoittavat, että aktiivinen osallistuminen kulttuuri-, harrastus- ja uskonnolliseen toimintaan sekä luotettavien ystävien verkosto vaikuttavat myönteisesti koettuun terveyteen sekä ihmisten eloonjäämiseen. (Hyypä 2002, 46 - 48; 2008, 531, 535 - 538.)

Kulloinkin käytettävissä olevat resurssit riippuvat yhteiskunnan tarjoamista mahdollisuuksista sekä yksilön omista valinnoista ja toiminnasta. (Marin 2002, 100.) Angela M. O'Rand (2006) lisää ikääntyvän voimavaroihin elämäkulullisen pääoman (life course capital), jonka perusta luodaan varhaislapsuudessa ja koulutusvalinnoissa. Vanhuus ei kuitenkaan ole ennalta määrätynyt kohtalo, sillä pääomavaranto kumuloituu koko elämäkulun ajan vahvistuen yksilön valintojen mukaan joko negatiivisesti tai positiivisesti. (O'Rand 2006, 145 - 158.) Elämäkulku -näkökulma pakottaa tarkasteluun sosiaalisen pääoman, jota ei omisteta ilman jatkuvaa aktiivisuutta. Ihmisellä on sosiaalista pääomaa vain niin kauan kuin hän voi ylläpitää sosiaalisia suhteitaan. Aktiivivaiheessa olevat ikäihmiset pystyvät luomaan turvaverkostoa naapureista tai yhdistys- ja harrastustoiminnan mukanaan tuomista tuttavista. Toimintakyvyn heiketessä iäkkäiden ihmisten sosiaaliset suhteet yleensä yksipuolistuvat, vaikuttaen muuhun pääomavarantoon. Tällöin muiden tehtävänä on olla aktiivisia heidän puolestaan. (Marin 2002, 104 - 105.)

Sosiaalinen pääoma tekee mahdolliseksi moninkertaistaa muiden pääomien arvon. Se muodostaa myös symbolisen pääoman perustan. Marjatta Marin (2002) tarkastelee tätä, Pierre Bourdieun teorioissa luokkaeroihin liittyvää pääoman muotoa vanhuuden näkökulmasta. Symbolinen pääoma on valtaa tehdä erotteluja sekä määritellä tavat ja käsitteet, joilla asioista puhutaan. Se on myös valtaa määritellä muiden pääomien arvo ja merkitys sekä legitimoida näitä erotteluja. Symbolisen pääoman avulla määritellään ja legitimoidaan ne ryhmät ja verkostot, joiden tuottama sosiaalinen ja kulttuurinen pääoma kullakin toimintakentällä on arvokkainta. Pääoman merkitys näkyy muun muassa siinä, miten määritellään vanheneminen ja vanhuus, mitä merkityssisältöjä sille annetaan ja keiden antamat ikääntymisen merkitykset otetaan todesta politiikassa ja talouselämässä. Sosiaalisten suhteiden kaventuminen on hedelmällinen maaperä ageismille. (Marin 2002, 100 - 101, 103, 106 - 107.)

Vallalla on materiaallinen perustansa, jolla Anu Leinonen (2006, 23 - 24, 147) tarkoittaa esimerkiksi eläkeläisen arkeen ja osallistumisen mahdollisuuksiin vaikuttavia ulkoisia

ehtoja ja pakkoja, kuten kunnan vanhuspoliittiset linjaukset, tonttipoliittikka, teiden hiekoitus, linja-autojen reitit tai mahdollisuus pitää postilaatikkoa lähellä kotia. Vaikka yksittäinen ihminen löytäisikin ratkaisut elämänhallintansa pulmiin, vaikuttavat edellä mainitut seikat ryhmätasolla eläkeläisten elämään. Eri ikäryhmiin kohdentuva arvottaminen ilmenee vanhuus -sanana välttelynä: esimerkiksi seurakunnan "vanhustenkerho" päätetään muuttaa "seurakuntakerhoksi", jotta sen toiminta näyttäytyisi kiinnostavammalta. Symbolisen pääoman vallasta kertovat myös viranhaltijoiden ja päättäjien stereotyyppiset ajatukset kunnan vanhusneuvostosta¹⁶:

"Niin siitä tulee semmonen [mielikuva], että harmaapartaisia miehiä, jotka istuu ringissä. Ja siellä on muutama mummo, jotka kutoo sukkaa siellä seassa. Ja sitten ne on viisaita kaikissa asioissa". (Leinonen 2006, 147.)

Ikääntyvillä on runsaasti potentiaalisia voimavaroja poliittiseen valta-asemaan. He toimivat aktiivisesti eri järjestöissä ja seuraavat politiikan ajankohtaisia kysymyksiä, lisäksi ikäihmisiä on määrällisesti paljon. Ikääntyvien vallankumousta ei kuitenkaan ole tapahtunut. Osaltaan tätä selittää turhautuminen politiikkaan, joka ikäihmisten arvion mukaan on ajautunut yhä kauemmas tavallisen ihmisen ongelmista. (Helander 2006, 49 - 51, 59 - 60.) Ihmiset luopuvat tai joutuvat luopumaan kunnallisten elinten jäsenyydestä nykyisen kansaneläkeiän koittaessa. Asemista luopuminen voi olla ikäihmisten aktiivista irtautumista rooleistaan tai sisäistettyä sukupolvien jatkuvuutta korostavaa ajattelua: "tilaa on annettava nuoremmille". Luopuminen on taitoa, mutta myös epäluottamusta ja ageismin ohjaamaa käyttäytymistä. Leinonen toteaa, että virallisen eläkeiän ylittäneillä on lupa osallistua vanhusneuvostotyyppiseen neuvoo-antavaan tieto- ja suunnitteleusallisuuteen, mutta varsinaisessa päätösosallisuudesta heiltä odotetaan tai he odottavat itse irtaantumista. (Leinonen 2006, 106 – 107.)

¹⁶ Kunnallinen vanhusneuvosto toimii linkkinä ikäihmisten, viranomaisen, vanhus- ja eläkeläisjärjestöjen sekä muiden ikäihmisten parissa toimivien välillä sekä vahvistaa ikäihmisten osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksia heitä itseään koskevissa asioissa. Vanhusneuvostoilla ei ole itsenäistä päätösvaltaa. Ne voivat tehdä esityksiä, aloitteita sekä antaa lausuntoja asioissa, joilla on merkitystä ikäihmisten elämän ja selviytymisen kannalta. Vanhusneuvostojen sihteerinä toimii yleensä kunnan työntekijä. Ensimmäiset vanhusneuvostot Suomessa aloittivat toimintansa vuonna 1996. Niiden perustaminen vauhdittui vuonna 1999, jolloin Suomessa vietettiin YK:n ikäihmisten vuotta teemalla "Vuosiin elämää". Vanhusneuvostot ovat Suomessa ja Ruotsissa vapaaehtoisia sekä lakisääteisiä Norjassa ja Tanskassa. (Virnes & Häkkinen 2000, 19 - 21, 26, 30, 37.) Vuonna 2008 Suomessa oli 326 vanhusneuvostoa: 78 %:ssa 415 kunnasta (Suomen Kuntaliitto 2008).

Anu Leinonen (2006, 12, 53) on tutkinut vanhusneuvostoja kansalaisyhteiskunnan ja uuden kuntalaisosallistumisen ja -osallisuuden ilmiönä painottaen kunnallisten vanhusneuvostojen asemaa ikääntyvän yhteiskunnan, eri ikäryhmien ja erilaisten eläkeläisryhmien näkökulmasta. Tutkimuksen tapaus "maaseutumaisen kunnan – kunnanvaltuuston tai -kunnanhallituksen asettama – vanhusneuvosto" muodostuu kolmen maaseutuvanhusneuvoston ulottuvuuksista ja piirteistä.

4.2 Koti ja asuinympäristö voimavarojen areenana

Monet ikääntyvät ovat pitkään asuneet samalla tutulla asuinalueella ja samassa asunnossa asumiseen liittyvien käytäntöjen ollessa vakiintuneita. Ikääntymispoliittisten tavoitteiden mukaan näin tulisivatkin olla. Arjen rutiinit ovat elämää ylläpitävä ehtymätön voimavara. Koti muodostaa keskiön, josta erilaiset toimet vievät ihmistä erilaisiin paikkoihin kuten kauppaan, ystävien luo tai terveyskeskukseen. (Vilkko 1997, 172.) Ikäihmisten paikkaan kiinnittyminen perustuu haluun säilyttää identiteettiä sekä pyrkimykseen ylläpitää käsitystä omista kyvyistä ja osaamisesta. Koti ja sen tuttu ympäristö vahvistavat selviytymisen tunnetta sekä ylläpitävät kykyä jatkaa totuttua toimintaa. (Sarola 1994, 122, 129.) Anni Vilkko kirjoittaa kodin taikapiiristä, jolla hän tarkoittaa kodin voimaa tukea selviytymistä kaikista vastustuksista. Kodin merkityksellisyyttä perustelevat sen tuttuus, pysyvyys ja ihmissuhteet. Koti ei koskaan ole vain asunto, joka sijaitsee jossakin ympäristössä ja jossa ihminen elää omien tavaroidensa ympäröimänä. (Vilkko 1997, 173.) Koti on eletty ja koettu tila (Granfelt 1998, 103), joka rakentuu tutuista esineistä sekä usein tiettyyn asuntoon ja sen ympäristöön liittyvistä elämänhistoriallisista muistoista ja kokemuksista sekä niiden perustalle rakentuvista käytännöistä. (Vilkko 1997, 173.) Suhde kotiin muodostuu henkilökohtaisesti, siksi kotia ei voi kenellekään antaa valmiina (Granfelt 1998, 104).

Kodin ja sen ympäristön vahvat tunnemerkit ovat ihmisen kokemuksellisuutta olla "paikan sisällä". Tämä tunne liittyy paikan fyysisiin piirteisiin, jotka sisäistyvät rutiininomaisiksi toimintaa ohjaaviksi ja arkea helpottaviksi reittikartoiksi. Toinen sisäisyyden taso kehittyy liittymisestä yhteisön sosiaaliseen rakenteeseen. Kolmas taso on omaelämäkerrallinen. Kun ihminen on elänyt elämänsä tietyssä ympäristössä, paikasta tulee henkilökohtaisen historian ja muistojen maisema, joka antaa merkityksen ja mielen omalle identiteetille. (Rowles 1983, Sarolan 1994, 123 - 124 mukaan; Rowles 1983, Peace, Wahl, Mollenkopf & Oswaldin 2007, 215 mukaan.) Tunnemerkit voidaan lähestyä myös kotiin liittyvinä suhteina. Koti suhteena muodostuu ihmisen sisäisestä maailmasta nousevien merkitysten ja ulkoisen todellisuuden välisessä vuorovaikutuksessa. Koti on suhde, joka muodostuu ihmisen ja hänelle rakkaan toiminnan tai sitä symbolisoivan fyysisen tilan välille. Esimerkkinä tästä on puutarhatöistä nauttivan ikääntyvän ja puutarhan välinen suhde, joka realisoituu niinä hetkinä, jolloin ihminen eläytyy kukkien kasvattamiseen. Tämä suhde on mahdollisuuksia luova suhde, jossa on

hyvä olla ja joka vapauttaa luovuutta. (Granfelt 1998, 105.) Koti on yksityisyyden alue, jonka seinien sisäpuolelle kohdennettu, hyvää tarkoittavakin ulkopuolisen avun tai neuvon tarjoaminen koetaan herkästi kritiikiksi omaa identiteettiä kohtaan (Vilkko 1997, 176).

Koti on erilaisen huolenpidon ja hoivan paikka (Granfelt 1998, 114), jossa päivien rytmi muodostuu arjen toistuvista asioista kuten ruoanlaitto, ateria-ajat, leipominen, ostokset ja siivous. Sirpa Andersson (2007) on tutkinut etnografisesti maaseutumaisissa kunnissa asuvien iäkkäiden pariskuntien kotielämää. Tutkimuksessaan hän on analysoinut kodin tarjoamaa turvaa totuttujen elämäntapojen säilymiselle; viitekehyksenä hänellä oli vanhuuden jatkuvuusteoria. Andersson totesi, että pariskuntien pärjäämiseen kietoutuvat monimutkaisella tavalla terveys, asunto ja asuinpaikka, kotona asumisen arvo, sinnikkyuden sisukkuus sekä puolisoiden keskinäinen työnjako kotiaskareissa. (Andersson 2007, 79 – 83, 96 - 97, 138 – 139.) Toimintateoreettisesti koti on tila, joka syntyy perheenjäsenten keskinäisestä toiminnasta ja jota ylläpidetään toiminnalla (Korvela 2003, 20 – 22). Monelle ikääntyneelle hyvän kodin muistot palautuvat lapsuuden kotiin tai kotiin, jonka olivat itse perustaneet ja jossa lapset olivat pieniä (Marin 2008, 68). Koti voi myös muuttua ahdistavaksi ja syrjäyttäväksi, kun yksinasuva ikääntyvä ei toimintakykynsä vuoksi pääse ulos eikä pysty ylläpitämään sosiaalisia suhteitaan tai kotia ylläpitävää toimintaa. Ihminen voi jäädä kotinsa tai asuntonsa vangiksi. (Tedre 2006, 161 - 169.) Merkityksiltään tunnelatautunut ja voimavaraistava koti voi myös tietyissä tilanteissa muuttua pelkäksi fyysiseksi paikaksi, asunnoksi, jossa eletään. Asunnossa on vain osa niistä muistoista, esineistä ja ihmissuhteista, jotka aikoinaan loivat kodin. Näin saat- taan käydä puolison kultua tai ikääntyvän muuttaessa palvelutaloon. (Marin 2008, 69.)

Satu Elo (2006) on tutkinut pohjoissuomalaisen kotona asuvien ikääntyvien hyvinvointia tukevaa ympäristöä. Tällainen ympäristö on kokonaisuus, joka muodostuu fyysisen ympäristön rakenteellisista, sosiaalisen ympäristön vuorovaikutussuhteiden sekä symbolisen ympäristön kokemuksellisista ominaisuuksista. Symbolinen ympäristö sisältää edellä esitetyn "paikan sisällä" olemisen kokemuksia. Se on yksilön kiinnittymistä kotiin ja asuinpaikkaan, niille annettuja henkilökohtaisia merkityksiä, yksityisyyden ja itsemääräämisen kokemista sekä symbolista yhteenkuuluvuutta, joka esiintyy jaettuina uskomuksina, tunteina ja subjektiivisina kokemuksina. Symbolinen ympäristö on hengellisyyttä ja uskonnollisuutta sekä vuodenaikoihin kuuluvia juhlia ja rituaaleja, jotka

yhdistävät ihmisiä ja vaikuttavat mielialoihin. (Elo 2006, 44 - 46, 69.) Kirjallisuudessa symbolista ympäristöä kutsutaan myös persoonalliseksi tai psykologiseksi ympäristöksi (Peace ym. 2007, 209, 231).

Yksilön hyvinvointia tukeva sosiaalinen ympäristö edistää sosiaalisen pääoman karttumista. Se tarjoaa mahdollisuudet mielekkääseen toimijuuteen sekä luottamukseen perustuvaan turvallisuuden tunteeseen, joka syntyy naapureiden, ystävien ja omaisten sosiaalisesta tuesta ja verkostosta. Läheisten yhteydenotoista syntyy välittämisen kokemus, mikä on yhteydessä vähäisempään yksinäisyyden kokemukseen. (Elo 2006, 40 - 42, 63, 147.) Vaikka sosiaalinen pääoma merkitsee eri asioita eri ihmisille, haluavat useimmat asua luottamuksellisessa, vastavuoroisessa ja ystävällisessä yhteisössä (Ziersch, Baum, MacDougall & Putland 2005, 82 - 83). Sosiaalisen ympäristön keskiössä on koti, joka parhaimmillaan merkitsee yhteistä aikaa itselle tärkeiden henkilöiden kanssa (Marin 2008, 69). Kodin välitön ympäristö on valvonta-alue. Se on alue, jota kodista voidaan katseella katsoa. Tällä vyöhykkeellä muodostuvat ikäihmisten elämään mielenkiintoa tuovat naapuruussuhteet. Nämä suhteet näyttäytyvät esimerkiksi vastavuoroisena ikkunan tarkkailuna; verhojen asento kertoo, että kaikki on toisella hyvin. (Sarola 1994, 118.)

Suhteet samanikäisiin ystäviin ovat ikääntyvien hyvinvoinnin kannalta tärkeitä. Tällaiseen suhteeseen, toisin kuin perheenjäsenten osalta, liittyy vapaaehtoisuus. Suhteita yhdistävät samanlaiset kiinnostuksen kohteet ja kokemukset, jotka juontuvat yhteisestä syntymäkohortista ja elämänkulun vaiheesta. Ikääntyvien ystäväystymistä samanikäisiin voidaan tukea mm. kaavoitus- ja asuntopoliittisilla ratkaisuilla rakentamalla asuma-alueille ikäihmisille tarkoitettuja asuntoja, ryppäinä lähelle toisiaan. (Tornstam 2005, 153 - 158.) Hyvä ympäristö hyväksyy erilaisuuden ja vastustaa ikäsyrajintää. Se tarjoaa inhimillistä turvallisuutta (ks. Niemelä, 2000, 25), palvelukeskuksia, sosiaalisia aktiviteetteja, liikennepalveluja, kauppoja sekä virkistys-, vapaa-ajan ja elinikäinen oppiminen mahdollisuuksia. (Anderson, Scrimshaw, Fullilove & Fielding 2003, 13, 15, 17.) Hyvinvoinnin ympäristötekijöinä on otettava huomioon myös sääolosuhteet ja vuodenaikojen valoisuuden vaihtelut, joilla on todettu olevan vaikutusta ikääntyneiden hyvinvoinnin kokemukseen. Aito luonto ja luonnon rauha sekä asuinalueiden luonnonympäristö puistoineen, pihojen istutuksineen sekä virkistys- ja ulkoilureitteineen ovat keskei-

siä elementtejä tuettaessa kotona asuvien ikääntyneiden sosiaalista kanssakäymistä, liikkumista ja psyykkistä hyvinvointia. (Elo 2006, 47, 57 - 60, 69, 147.)

4.3 Voimavaraistava empowerment

Ikääntyvän toimijan voimavarat ovat vain potentiaalisia mahdollisuuksia, ellei niitä tunneta tai voida käyttää yhteiskunnallisesti tai yksilöllisesti asetettujen tavoitteiden saavuttamiseksi. Lars Tornstamin (1982) mukaan resurssit on vapautettava. On vaikutettava niihin arvostuksiin ja ehtoihin, jotka sitovat ikääntyvän voimavaroja ja ehkäisevät niiden käytön. Resurssien vapauttaminen edellyttää myös, että ikääntyvä itse tulee tietoiseksi omista voimavaroistaan ja mahdollisuuksistaan. (Tornstam 1982, 60 - 61, 123 - 124.) Empowerment on sosiaalityön orientaatio, joka edistää yksilön kykyä tunnistaa ja ratkaista ongelmansa sekä käyttää erilaisia palveluja ja hyötyä niistä (McCall, Heumann & Boldy 2001, 4; Adams 2003, 119). Empowerment¹⁷ on valtaistumista tai valtaistamista, voimavaraistumista, voimaantumista tai tahtovoiman lisääntymistä. Suomennoksia on useita riippuen asiayhteyksistä sekä teoreettisista ja ideologisista valinnoista; usein käytetään myös alkuperäistä englanninkielistä termiä empowerment. (Kuronen 2004, 277, 279.) Empowerment on ymmärrettävissä ammatilliseksi interventioksi, lopputulokseksi tai prosessiksi (Boehm & Staples 2002, 449), mikä tapahtuu paitsi yksilön minän tasolla, myös ihmisten välisissä suhteissa sekä ryhmä-, organisaatio- ja yhteiskuntatasoilla. Empowermentin kannalta on eduksi hyödyntää mahdollisimman paljon kaikkia näitä keskenään vuorovaikutuksessa olevia tasoja. (Adams 2003, 40 - 41, 183.)

Empowerment käsitteen ytimessä ovat valta ja voima (power). Vallan käsitteellä on kaksi perusmerkitystä: valta kykynä (power to) ja valta herruutena (power over). Valtaan kykynä liittyy toimijan intentionaalisuus, oma harkinta tai "vapaa tahto". Se on

¹⁷ Gummeruksen suomi – englanti - suomi -sanakirjan mukaan substantiivi *empowerment* on suomennehtuna 1) *valtuuttaminen, valtuutus* 2) *mahdollistaminen, tilaisuus / mahdollisuus johonkin* 3) *täysivaltaisuus, kyky vaikuttaa omaan elämään, voimantunnon kasvu*. Verbin *empower* suomennotukset ovat 1) *valtuuttaa* 2) *mahdollistaa, antaa tilaisuus, mahdollisuus johonkin* 3) *tehdä täysivaltaiseksi, lisätä jonkun oman voiman tai omien kykyjen tuntoa, lisätä rohkeutta toimia omien ehtojen mukaisesti*. (Rekiaho, Ilkka & Robinson, Douglas 1999: Gummeruksen suomi - englanti - suomi -sanakirja. 3. uusittu painos. Jyväskylä: Gummerus.)

asioiden osaamista, kykyä tehdä jotakin, kompetenssia sekä kapasiteettia, josta puhuttaessa on luontevaa käyttää käännöstä "voima", esimerkiksi "vanhuudessa on voimaa".¹⁸ Valta herruutena ymmärretään tavallisesti kahden toimijan, A:n ja B:n väliseksi suhteeksi, jolloin A:lla on valtaa B:n suhteen tai B:n yli. Minimiehtona on, että A vaikuttaa B:hen eli saa B:n tekemään jotain, mitä hän ei olisi muuten tehnyt. Valtaa on kaikkialla, sillä valta saa muotonsa erilaisissa sosiaalisissa verkostoissa. (Niiniluoto 2000, 35 - 37.) Vallan väline on kieli, joka puhuttuna ja kirjoitettuna käsitteellistää maailmaa ja luo sosiaalista todellisuutta (Burr 1995, 33 - 35, 44).

Valta ei Michel Foucaultin (2005) mukaan ole pelkästään negatiivista kukistamista tai sensurointia, sillä "valta tuottaa". Valtaa ei omisteta. Se on strategiaa, taktikoitua toimintaa, jossa valtasuhteet lukemattomien konfliktien kautta muuttuvat ja kääntyvät vastakkaisiksi. Sellaisena se tuottaa uutta tietoa ja vie läpi asioita. (Foucault 2005, 41 - 42, 265.) Myös sosiaalityö on vallankäyttöä. Se voi olla kielteistä ja järjestelmäkakeskeistä kontrollia ja holhoamista tai huoltapitävää valtaa, joka on eettistä ja poliittista toimintaa, vallankäyttöä, joka tukee ja tuottaa edellytyksiä parempaan elämänhallintaan. (Hänninen 2004, 82.) Tällaisena se toteuttaa empowermentin asianajotehtävää (advocacy), jossa sosiaalityöntekijä "edustaa valtaa vailla olevia asiakkaita valtaapitäville yksilöille ja sosiaalisille rakenteille" (Payne 2005, 295).

Empowerment -käsitteeseen liittyy erilaisia traditioita: empowerment voidaan nähdä ensisijaisesti joko yksilön toimintavoiman lisääntymisenä tai kollektiivisena yhteiskunnalliseen alistamiseen ja eriarvoisuuteen vaikuttamisena (esim. Freire 2005). Marjo Kuronen (2004, 282, 292) kritisoi tapaa, jolla käsitettä on alettu käyttää yksilön voimavaistumisena häivyttäen empowermentin ja sen käytännön toiminnan poliittisuuden. Kuronen käyttää suomennosta "valtaistuminen" painottaakseen empowermentin tärkeää tehtävää tunnistaa valtasuhteita sekä pyrkimystä yhteiskunnalliseen oikeudenmukaisuuteen. Liisa Hokkanen (2009) puolestaan esittää, että valta- ja voima -kantasanojen avulla empowermentista erotettaisiin kaksi erillisiin teoreettisiin sitoumuksiin ja lähtökohtiin rakentuvaa juonetta: yksilöllisesti painottuva voimaantuminen, josta hän käyttää

¹⁸ Pertti Pohjolainen esittelee Gerontologia -lehdessä (1/2003) Eino Heikkisen ja Marjatta Marinin (2002) toimittaman teoksen *"Vanhuuden voimavarat"* otsikolla *"Vanhuudessa on voimaa"*. Teoksessa on yhdeksän artikkelia, jotka käsittelevät terveysgerontologiaa, vanhenemisen historiallista ja yhteiskunnallista näkökulmaa, psykogerontologiaa ja kasvatusgerontologiaa sekä etiikkaa ja elämänarvoja. Teoksen peruslähtökohdaksi on, että vanhuus ja pitkä ikä ovat merkittäviä yhteiskunnallisen kehityksen saavutuksia, joita pitää arvostaa. Vanhuus on tärkeä yhteiskunnallinen resurssi ja vanhuus elämänvaihe, jota kannattaa rakentaa ja kehittää entistä inhimillisempään suuntaan. (Pohjolainen 2003, 38 - 39.)

myös nimitystä voimavaraistuminen sekä yhteiskunnallisesti painottuva valtaistuminen. Näiden kahden erilaisuus näkyy siinä, tarkastellaanko empowermentia yksilöllisenä ominaisuutena, jonka osaaminen tai hankkiminen on vahvasti yksilön omassa vallassa ja vastuulla, vai suhteena, jolloin muutoksen kohde paikantuu yhteiskunnallisiin valtasuhteisiin ja vastuu asettuu yhteisöille. Hokkanen toteaa, että näkökulmat täydentävät toisiaan ja kumpaakin niitä tarvitaan sosiaalityössä. (Hokkanen 2009, 327 - 330, 332 - 334.)

Empowerment -orientaation juuret ovat oma-apuliikkeiden itseorganisoiduudessa vertaistuksessa (Adams 2003, 18 - 19). Vertaistuesta juontuu ymmärrys, kuinka empowerment -orientoituneen sosiaalityön tulee kohdata asiakas. Ei riitä, että sosiaalityöntekijä on kiinnostunut iäkkästä asiakkaasta vain kuullakseen, täytyvätkö tietyt kriteerit palvelun saamiselle. Hänen luokseen on mentävä. (Tanner & Harris 2008, 6, 129.) Edellytykset empowermentille luodaan sosiaalityöntekijän ja asiakkaan rinnakkaisessa kumpanuussuhteessa asiakkaan elämisen ja olemisen paikoissa (Juhila 2006, 106, 120 - 122). Empowerment on dialoginen prosessi, joka perustuu toimijoiden tasavertaiseen vastavuoroisuuteen. Taustalla on näkemys ihmisestä aktiivisena toimijana, joka rakentaa tiettyä sosiaalista järjestystä. Tietoa ei nähdä pysyvänä ja muuttumattomana faktana, vaan sosiaalisessa vuorovaikutuksessa tilanteen mukaan rakentuvana. (Mönkkönen 2007, 100, 104.) Tällaisessa vuorovaikutuksessa tieto tuotetaan yhdessä; asiantuntijatiedon rinnalle nousee asiakkaan kokemustieto (Järvinen 2007, 18 - 19). Syntyy luottamus siihen, että yhdessä pyritään johonkin hyvään, johon molemmat voivat sitoutua (Särkelä 2001, 34).

Empowerment voi olla myös luottavaista riippuvaisuutta toisesta henkilöstä sekä halua tulla suojelluksi (Boldy, McCall & Heumann 2001, 244; Adams, 2003, 4). Sosiaalityö muotoutuu tällöin huolenpitosuhteeksi, joka on asiakkaan auttamista, tukemista ja asiainajoa. Sosiaalityö asettuu heikomman puolelle, kun asiakkaan sosiaaliset oikeudet eivät toteudu ja hän jää vaille tukea, joka hänelle lain perusteella voidaan katsoa kuuluvan. Erityisesti iäkkäät, joiden toimintakyky on alentunut, toivovat työntekijän toimivan puolestaan. Toisen apu sellaisenaan voimavaraistaa, varsinkin kun apu on luonteeltaan pitkäkestoista rinnalla kulkemista. (Juhila 2006, 176 - 181.)

Valtaistamisen näkökulma on tärkeä vanhustyössä, sillä vanhoja ihmisiä koskevien arvostusten katsotaan vähentyneen yhteiskunnan modernisoitumisen myötä (Koskinen,

Aalto, Hakonen & Päivärinta 1998, 30 - 31) ollen tutkijoiden mukaan perustavalaatuinen este ikäihmisten valtaistumiselle (Heumann, Boldy & McCall 2001, 26, 245; Adams 2003, 67). Gerontologisen sosiaalityön vastuu huoltapitävän valtansa käyttämisestä on suuri, sillä vanhustyössä on paljon kielteistä vallankäyttöä, mikä näyttäytyy muun muassa asiantuntijoiden tarveharkintana sekä erilaisina hallinnollisina ohjeina, joilla palvelujen myöntämistä ikääntyville rajoitetaan. Näin siksi, että niukan taloustilanteen priorisoinneissa tärkeimmiksi asetetaan sellaiset palvelut, joihin liittyy tiukat lakisääteiset velvoitteet. Vanhuspalveluista tällaiset lainsäädännölliset perusteet puuttuvat. (Lehto 1998, 414 - 415; Niemi 2008, 100 - 101, 125 - 126.) Hyvää tarkoittavat ikääntymispoliittiset tavoitteet murentuvat talouspoliittisiin toimenpiteisiin ja vanhukset syyllistetään julkiseksi menoeräksi. Päätöksenteko perustuu tehokkuuden maksimointiin, jossa palvelujen kehittäminen ja asioiden valmistelu sivuuttavat ikäihmisten kokemustietoon perustuvan suunnittelukäytännön. Tulevaisuuden ennustamattomuus sekä kielteinen vanhuspalveluja koskeva kirjoittelu ja uutisointi vähentävät ikääntyvien odotusturvallisuutta (Eräsaari 2003, 345), luottamusta asioidensa järjestymiseen tulevaisuudessa.

Asenteiden ja toimintatapojen muuttamiseksi tärkeinä pidetään päätöksentekijöiden, vanhustyöntekijöiden sekä suuren yleisön ohjausta ja koulutusta (Boldy ym. 2001, 242; Boehm & Staples 2002, 458). Elinikäisestä oppimisesta on asiantuntijoiden mukaan tullut yhteiskunnallinen välttämättömyys, joka koskee myös ikäihmisiä (Künemund & Kolland 2007, 182). Tiedollisten tavoitteiden ohella ikääntyvien opiskeluun osallistumista ohjaavat sosiaalisen osallisuuden, elämänhallinnan ja toimintakyvyn ylläpitämisen merkitykset. Keskeisiä koulutuksellisia tavoitteita ovat ikääntyvien aktivointi yhteiskunnalliseen osallistumiseen, ikääntymiseen liittyvien kielteisten asenteiden vähentäminen sekä ikääntymistä koskevan yleisen tietoisuuden levittäminen. (Paloniemi 2007, 234; Tikkanen 2008, 513.) Paulo Freire kuvaa muutokseen ja yksilöiden yhteiskunnalliseen toimintakykyyn tähtäävän kasvatuksen luonnetta vapauttavaksi, dialogiseksi ja problematisoivaksi kasvatukseksi, joka edellyttää itsereflektiota ja -kriittisyyttä (Tomperi 2005, 27 - 28). Freiren problematisoivan kasvatuskäsityksen mukaan valtaistamisen ja valtautumisen ydin on ihmisessä itsessään, hänen kyvyssään kasvaa ihmisenä sekä tutkia ja kyseenalaistaa ympäröivää yhteiskuntaa (Freire 2005).

Kriittisyyttä edellytetään myös gerontologiselta sosiaalityöntekijältä itseltään niin omia toimintatapoja kuin vanhuspalvelujen käytäntöjä kohtaan (Tanner & Harris 2008, 25 - 26). Kriittisyys on ammatillista pätevyyttä rakentavaa reflektiivisyyttä: sosiaalityöntekijän itsekriittistä tutkimuksellista suhdetta omaan työhönsä sekä valmiutta oppia kokemuksistaan. Vastuulliseen ja eettisesti vahvaan sosiaalityöhön kuuluu myös sen havaitseminen ja ymmärtäminen, miten sosiaalityöntekijän oma henkilöhistoria, arvot, motiivit ja uskomukset vaikuttavat ammatillisessa toiminnassa. (Karvinen 1993a, 23 - 25.) On arvioitava, tehdäänkö gerontologisessa sosiaalityössä ikääntyvien voimavaraistamiseksi oikeita asioita, oikeaan aikaan sekä oikealla tavalla, millaista ikääntymispoliittista valtaa sosiaalityöntekijä asiakastyössään toteuttaa sekä millaista tietoa hän itse tuottaa ja miten hän toimii vanhustyön toimintakäytäntöjen kehittämiseksi.

Tässä tutkimuksessa empowerment ymmärretään gerontologisen sosiaalityön voimavaraalähtöiseksi orientaatioksi, joka perustuu ikääntyvän toimijan kuulemiseen, hänen tavoitteisiinsa sekä osaamista ja toimintakykyä tukevien olosuhteiden luomiseen. (ks. Rostila 2001, 40 - 41). Voimavaraalähtöisyys perustuu sosiokulttuuriselle vanhuskäsitykselle, joka korostaa ikääntymisen historiallista, kulttuurista ja yhteiskunnallista ulottuvuutta sekä yksilön moninaisia tapoja vanheta. Se kohtaa vanhuuden konstruoituna sosiaalisena rakenteena, johon ikääntyvillä ihmisillä on mahdollisuuksia vaikuttaa. (Koskinen 2004, 37.)

Tutkimuksessa käytän asiayhteyksistä riippuen suomennoksia "voimavaraistuminen" ja "voimavaraistaminen" sekä vastaavia teosanoja "voimavaraistua" ja "voimavaraistaa", ellei asiayhteydessä ole tarkoituksenmukaisempaa käyttää ilmaisua empowerment. Voimavaraistuminen on yksilön intentionaalista kykyä (power to), joka on henkilökohtainen ja sosiaalinen prosessi. Yksilön voimavaraistumiseen vaikuttavat toiset ihmiset, olosuhteet ja sosiaaliset rakenteet. Voimavaraistuminen on sosiaalisesti vahvistuva ja on jossakin tietyssä ympäristössä todennäköisempää kuin toisessa. Oleellista on, millaista kontekstia ihminen itse pitää omiin päämääriinsä pyrkimisen kannalta mahdollistavana, turvallisena, tukevana ja arvostavana. (Siitonen 1999, 117 - 118, 142 - 147, 162.) Näihin yksilön voimavaraistumisen olosuhdetekijöihin vaikuttamista kutsun voimavaraistamiseksi, joka on vallankäyttöä (power over) sen myönteisessä merkityksessä. Käsitkseni vastaa tältä osin Leonard F. Heumann ym. (2001) tulkintaa empowermentista tapana poistaa esteitä ja luoda hyvinvoinnin mahdollisuuksia. Nämä mahdollisuudet löytyvät

heidän mukaansa osaamisesta, hyvin suunnitellusta ja joustavasta palvelujärjestelmästä, asumis- ja ympäristöjärjestelyistä, vanhuksen yksilöllisten voimavarojen tunnistamisesta sekä asenteisiin ja ageismiin vaikuttamisesta. (Heumann ym. 2001, 25 - 27.) Tutkimuksen kohdentuessa kotonaan omatoimisesti asuviin ikääntyviin voimavaraistaminen on toimenpiteitä ja olosuhteita, jotka edistävät ikääntyvien hyvinvointia heidän omaehtoisena toimijuutena.

5 TUTKIMUKSEN TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Tutkimuksen teoreettisina lähtökohtina ovat gerontologinen sosiaalityö, ikääntyvän toimijuus, sosiaalinen vanheneminen, voimavarat sekä voimavaraistuminen ja voimavaraistaminen (empowerment). Tutkimuksen tarkoituksena on kehittää kotona asuvien ikääntyvien gerontologista sosiaalityötä määrittämällä sen asiakaslähtöistä sisältöä. Kotona asuminen merkitsee taloudellisiin päämääriin perustuvaa ikääntymispoliittista tavoitetta: asua kotona mahdollisimman pitkään. Kyseessä on avohuoltopainotteisen palvelujärjestelmän ydin, jonka edellytyksiin tukea ikääntyvien hyvinvointia ei ole riittävästi panostettu. Kotona asuminen on myös yksilöllinen tavoite, sillä ikäihmiset pääsääntöisesti haluavat asua kotonaan mahdollisimman pitkään (Andersson 2007, 77). Tutkimuksen näkökulma on asiakaslähtöinen ja ennakoiva. Mielenkiintoni kohdentuu ikääntyviin, joilla ei ole säännöllisiä kotihoitopalveluja. Lähestyn heitä oman arkensa asiantuntijoina.

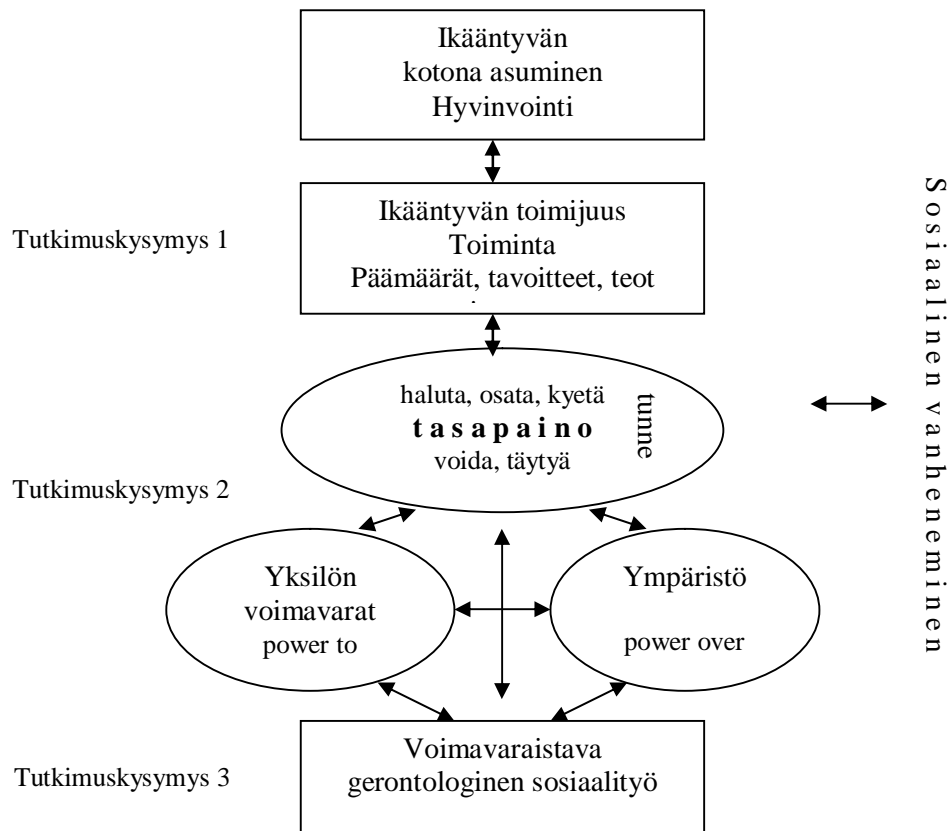
Toimijuus sekä toimijuuden voimavaraistuminen lisäävät kotona asuvan ikääntyvän hyvinvointia. Hyvinvoinnin ymmärrän ikääntyvän toiminnalleen asettamien tavoitteiden, voimavarojen sekä elinympäristön ominaisuuksien keskinäiseksi tasapainoksi (ks. Heikkinen 2008b, 405). Ajattelua ohjaavat toimijuuden modaliteetit: "osata", "kyetä", "voida", "täytyä", "haluta" ja "tuntea" (Jyrkämä 2007a, 207). Ymmärryksen mukaan kotona asuvan ikääntyvän monimuotoinen toiminta perustuu hänen haluamiseensa tehdä jotakin; hänellä on tavoitteita ja päämääriä. Tilanteissa, joissa ikääntyvä ei osaa tai kykene voimavarojensa vuoksi toteuttamaan haluamaansa toimintaa, hänen voimistaan voidaan tukea luomalla toiminnalle suotuisia edellytyksiä. Jos voimavaraistaminen ei onnistu, voi ikääntyvä kokea tilanteen täytymisenä, haluamisen ja toiminnan sopeuttamisena tilannekohtaisiin pakkoihin ja rajoituksiin. Ikäihmisen haluaminen sekä hänen haluamaansa toimintaan kohdistuvat tukitoimet, pakot ja rajoitteet ilmenevät tuntemisena; miten ihmiset arvioivat, arvottavat ja kokevat asioita ja millaisia tunteita he asioihin ja tilanteisiin liittävät.

Gerontologinen sosiaalityö hyvinvointityönä (Niemelä 2009) kohdentuu ikääntyvän toimijan ja hänen ympäristönsä väliseen vuorovaikutukseen. Giddensin (1985) toiminta-teoriaan perustuen oletan, että ikääntyvät ihmiset, kuten sosiaalityöntekijätkin, eivät vain sosiaalistu olemassa oleviin rakenteisiin vaan he toimijoina itse muuttavat ikään-

tymiseen vaikuttavia ympäristö- ja yhteiskunnallisia tekijöitä. Sosiaalityön empowermentin tarpeen arvioinnissa tärkeitä ovat toimijuuden modaliteetit "voida" ja "täytyä": voiko ikääntyvä toteuttaa haluamaansa toimintaa vai onko hänen voimavarojensa vuoksi "pakko" luopua tavoitteistaan. Lähestyn tutkimuksessani ikääntyvän toimijuutta ja sen voimavaraistumista sellaisena kuin tutkimukseni kohderyhmä siitä puhuu. Tämä kokonaisuus on konteksti, johon gerontologinen sosiaalityö sijoittuu.

Tavoitteena on tutkia, millaista on gerontologinen sosiaalityö, kun sen määrittäjänä on kotona omatoimisesti asuva ikääntyvä. Tavoitteen saavuttamiseksi esitän kolme tutkimuskysymystä:

1. Millaista on kotona omatoimisesti asuvan ikääntyvän toimijuus?
2. Millainen on kotona omatoimisesti asuvan ikääntyvän toimijuutta voimavaraistava ympäristö?
3. Millaista on kotona omatoimisesti asuvan ikääntyvän toimijuutta voimavaraistava gerontologinen sosiaalityö?



KUVIO 2. Tutkimustehtävä: Gerontologinen sosiaalityö kotona omatoimisesti asuvan ikääntyvän toimijuuden voimavaraistajana

6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

6.1 Metodologiset lähtökohdat

Todellisuus aukeaa tutkijalle sen mukaan, millä tavoin ja millä välineillä sitä tutkitaan. Tutkimuksen tarkoituksen ja tutkimusta koskevien metodologisten valintojen tulee olla keskenään yhteensopivat. Metodologia on käsite, joka kokoaa tutkijan ontologiset ja epistemologiset sitoumukset sekä metodit, joilla hän kerää ja analysoi haastatteluaineistonsa. (Tuomi & Sarajärvi 2006, 11 - 12.) Tämä tutkimus on laadullinen. Tuotan haastatteleamalla ymmärtävää tietoa (Tuomi & Sarajärvi 2006, 26 - 30) ikääntyvän ihmisen arjen elämismaailmasta sekä niistä merkityksistä (Varto 1992, 23 - 24), joita hän antaa toimijuudelleen ja sen edellytyksille.

Ontologiseen pohdintaan kuuluvat kysymykset olemisen tavasta sekä ihmiskäsityksestä (Tuomi & Sarajärvi 2006, 12). Ontologinen pohdinta kysyy, millaisissa olemisen perusmuodoissa ihminen on todellistunut. Näistä erilaisista olemismuodoista seuraa mitä ihminen on tutkimuskohteena. (Rauhala 2005, 17 - 18.) Omaa näkemystäni ihmisestä toimijana on ohjannut Rauhalan (2005) holistinen ihmiskäsitys. Ihminen todentuu kolmena olemassaolon perusmuotona, joita ovat kehollisuus, tajunnallisuus sekä situationaalisuus (Rauhala 2005, 32 - 47).

Kehollisuus on ihmisen olemassaoloa elollisena orgaanisena tapahtumana (Rauhala 2005, 38 - 41). Tässä tutkimuksessa kehollisuus on ikääntyvän fyysistä terveyttä ja toimintakykyä sekä sairauksia ja fyysisen toimintakyvyn alenemista. Tajunnallisuuden perusolemus on mielellisyys ollen tässä tutkimuksessa ikääntyvän toimijan intentionaalisuutta. Mielen ja elämyksen avulla ihminen muodostaa asioista merkityssuhteita ja asettuu ymmärtävällä tavalla suhteeseen situatioonsa. Merkityssuhteista syntyy hänen maailmankuvansa sekä käsitykset itsestään. Tajunnan rinnalla tai sen sijasta käytetään Rauhalan mukaan sanoja psyyke tai psyykkinen ja henki tai henkinen. Henkiseen sisältyvän itsetiedostuksen avulla ihminen voi säädellä asioille antamiaan merkityksiä sekä kasvaa ja muuttua ihmisenä. (Rauhala 2005, 34 - 36, 68 - 69.)

Situationaalisuus ihmisen olemassaolon muotona on elämäntilanteisuutta, ihmisen suhteutuneisuutta ja kietoutuneisuutta ympäröivään todellisuuteen. Situaatio rakentuu

konkreettisista ja ideaalisista tekijöistä. Edellisiä ovat perhe, koti, elinympäristö, ystävät, harrastukset sekä erilaiset palvelut. Jälkimmäisiä edustavat arvot, normit, aatteet, uskonto sekä ihmissuhteet, luonto ja taide koettuina sisältöinä (ks. symbolinen ympäristö: Elo 2006, 44 - 46). Monia situaationsa komponentteja ihminen voi itse valita ja siten ohjata elämänsä kulkua sekä kehittää situationaalisuuttaan yhä suurempaan yksilöllisyyteen. Olemassaolon muodot ovat määrääviä toistensa suhteen. Muutos yhdessä olemismuodossa vaikuttaa aina myös toisiin olemismuotoihin. Rauhalan mukaan tajunta on kuitenkin toisia olemismuotoja tärkeämpi, koska sen avulla tehdään tietoiset valinnat. (Rauhala 2005, 33 - 34, 42 - 45, 54 - 62.)

Tutkimuksen lähtökohtina ovat kotona asuvan ikääntyvän arki sekä valinnat, joita hän on tehnyt tai haluaisi tehdä ylläpitääkseen yksilöllistä, itselleen merkityksellistä elämää. Kiinnostuksen kohteina eivät niinkään ole ikääntyvän kehollisuus tai tajunnallisuus, vaan hänen toiminnassa todellistuva elämäntilanteisuutensa. Rauhalan (2005, 141) mukaan sosiaalityön tulee vedota ihmisen tajunnalliseen olemassaoloon, jotta hänessä heräisi halu sekä kyky modifioida itse omaa situaationsa. Näkemys on sopusoinnussa tutkimukseni empowerment -käsitteen kanssa, mutta näkökulmani on laajempi sisältäen yksilön voimavaraistumisen lisäksi ympäristötekijöihin liittyvän yksilön voimavaraistamisen. Tältä osin lähestyn Kari Salosta (2007a), joka pyrkii erkaantumaan Rauhalan situationaalisuuden käsitteestä sosiaalisen olomuotoisuuden käsitteellään painottaakseen ihmisen maailmassa oloa monimuotoisena ja -tasoisena elämäntodellisuutena. Sosiaalista olomuotoisuutta on mm. jokapäiväinen toiminta, jonka käytännöt ja suhteet "muodostavat yhteiskunnallisia positioita, asemia ja paikkoja, joihin liittyy valtaa ja sääntöjä - -" (Salonen 2007a, 28 - 29.)

Tutkimuksessa ikääntymisellä on konstruktionistinen näkökulma. Elämäntietä rakentuu sosiaalisissa prosesseissa ja vanhenemisen edellytykset ovat niin yksilön kuin yhteiskunnankin tasolla muokattavissa. Todellisuuden konstruktionistiseen luonteeseen kuuluu, ettei ikääntymisen sosiaalisesta todellisuudesta erilaisine merkitystulkintoineen saada yksiselitteistä, kulttuurista ja historiasta riippumatonta tietoa. (Aittola & Raiskila 1995, 226 - 227.) Ontologisesti kysymys on tutkimuskohteen relativistisesta käsityksestä. Ikääntyvän ihmisen elämissä maailma merkityksineen määrittyy suhteessa ympäristöön ja spesifiin tilanteeseen. (Guba & Lincoln 2005, 195.)

Tutkimuksen epistemologia kysyy tietämisen alkuperää ja luonnetta (Tuomi & Sarajärvi 2006, 12). Konstruktionismin epistemologinen lähestymistapa on transaktionaalinen (Guba & Lincoln 2005, 195). Tutkijan ja tutkimuksen kohteen oletetaan olevan vuorovaikutuksessa keskenään, mistä syystä todellisuus on aina subjektiivista, tulkinnanvaraista ja tutkijasta riippuvaista (Paavola 2003, 35 - 36). Tutkija on osa elämismaailmaa ja sitä merkitysyhteyttä, jota hän tutkii. Hänen tapansa ymmärtää asiat vaikuttavat ratkaisevalla tavalla tutkimukseen. (Varto 1992, 26.) Metodologisesti konstruktionistinen tutkimus on tulkitsevaa eli hermeneuttista ja dialektista (Guba & Lincoln 2005, 195); tässä tutkimuksessa fenomenologis-hermeneuttista, sillä tulkinnan ja ymmärtämisen kohteina ovat ikääntyvän ihmisen kokemukset toimijana ja näitä kokemuksia ohjaavat merkitykset. Tutkimusaineisto on tutkittavan puhetta, jonka kanssa tutkija ryhtyy eräänlaiseen vuoropuheluun. Tutkiva dialogi on kehämäistä liikettä aineiston ja oman tulkinnan välillä, jossa tutkijan ymmärryksen tulisi jatkuvasti korjautua ja syventyä. Tavoitteena on löytää todennäköisin ja uskottavin tulkinta siitä, mitä tutkittava on tarkoittanut. (Laine 2001, 26 - 28, 34 - 35.)

6.2 Tutkimusmenetelmä

6.2.1 Avoin haastattelu

Tutkimuksessa lähestyn kotona asuvien ikääntyvien arkea haastatteleamalla heitä. Menetelmällisesti kysymyksessä on avoin haastattelu, jossa etukäteen strukturoituja kysymyksiä on vähän ja niidenkin muoto ja esittäminen vaihtelevat tilannekohtaisesti haastateltavasta toiseen. Haastattelun sisältö liittyy tutkimustehtävään sekä tutkimuskysymysten teemoihin. (Tuomi & Sarajärvi 2006, 77 - 80.)

Avoimessa haastattelussa kysymysten asettelu on joustavaa myötäillen haastateltavan puhetta ja vastauksia. Haastattelutietoa syventävät ja täsmentävät haastattelijan vastaanottavainen kuunteleminen sekä jatkokysymysten tekeminen sen mukaan, mitä haastateltava kertoo (Rubin & Rubin 2005, 35 - 36, 112). Jatkokysymyksillä ja kommentailla on myös haastattelua aktivoiva merkitys. Tällöin haastattelija tuo keskusteluun vaihtoehtoisia näkemyksiä, jotka edistävät erilaisten näkemysten esilletuloa, mutta jotka eivät kuitenkaan saa johdatella haastateltavaa vastaamaan tietyllä tavalla. Aktiivisesti kuunteleva

toinen ohjaa kommenteillaan puheen suuntaa ja on välttämätön haastateltavan puheen tuottamiseksi. (Holstein & Gubrium 1995, 38 - 51.)

Strukturoimattomalla haastattelulla on mahdollista saavuttaa syvällistä tietoa tutkimuskohteesta (Fontana & Frey 2005, 707). Raja avoimen haastattelun ja syvähaastattelun välillä on liukuva. Syvähaastattelussa korostuu tutkittavan ilmiön mahdollisimman perusteellinen avaaminen (Tuomi & Sarajärvi 2006, 78). Toisaalta kysymyksessä on sen näkeminen, kuinka vähän jostakin ilmiöstä todellakin tietää ja että ilmiön ulkoinen kuva ei lainkaan vastaa sen syvää todellisuutta (Wengraf 2004, 6). Kun haastattelussa pyritään syvällisempään tietoon, haastattelija antaa tilaa kertomiselle ja esittää sellaisia kysymyksiä, joihin olettaa saavansa vastaukseksi kertomuksia (Rubin & Rubin 2005, 108 - 109). Lähestymistapana kerronnallisuus on asiakaskeinen, koska ihminen saa tulla kertomuksessaan yksilöllisesti omilla ehdoillaan näkyväksi (Lindqvist 2002, 248).

Hermeneuttisen tutkimuksen tavoitteena on ymmärtää tutkimuskohde mahdollisimman perusteellisesti. Lähestymistapa merkitsee haastateltavan tulkitsevaa kuuntelemista, tulkintojen uudelleen määrittelyä jatkokysymyksiin sekä haastattelijan oman esiymmärryksen tunnistamista (Kvale 1996, 128). Holsteinin ja Gubriummin (1995, 4, 14 - 16, 59) näkemyksen mukaan haastattelu on vuorovaikutuksellinen konstruktio. Haastattelussa eivät ole olennaisia vain esitetyt kysymykset (whats), vaan myös sen tiedostaminen, miten haastattelupuheen merkitykset tuotetaan (hows). Vastaavasti Kvale (1996) tarkastelee haastattelua kahden ihmisen välisenä vuorovaikutuksena havainnollistaen käsitystään erottamalla toisistaan interviews -käsitteen osiot "inter" ja "views". (Kvale 1996, 14 - 16.) Haastattelutilanne on ainutkertainen sosiaalinen tapahtuma jonakin tiettyinä aikana tietyssä paikassa, jossa ovat läsnä haastattelijan ja haastateltavan roolit, heidän menneisyytensä ja tulevaisuutensa sekä kielellinen ja ei-kielellinen viestintänsä. Vuorovaikutuksen kannalta on tärkeää muotoilla keskustelun kieli sellaiseksi, että se tuntuu haastateltavasta ymmärrettävältä ja hyvältä. (Wengraf 2004, 42 - 50, 65.)

6.2.2 Fokusryhmähaastattelu

Kotona asuvan ikääntyvän arjesta yksilöhaastattelujen perusteella muotoutuvaa kuvaa täydennän vanhusten vapaaehtoistyössä mukana olevien fokusryhmähaastatteluilla. Fo-

kusryhmät ovat johonkin tiettyyn tehtäväksi antoon keskittyviä ryhmäkeskusteluja. Tutkimusmenetelmänä fokusryhmät sopivat moniin eri tarkoituksiin. Ne voivat täydentää myös tutkimuksen muita laadullisia tai numeerisia aineistonkeruumenetelmiä. Olennaisinta fokusryhmissä on niiden kollektiivinen toiminta. Vuorovaikutuksen luonne erottaa fokusryhmähaastattelun ryhmähaastattelusta. Ryhmähaastattelussa vuorovaikutus painottuu haastattelijan ja kunkin osallistujan välille, mutta fokusryhmän haastattelussa ryhmän vetäjä rohkaisee osallistujia keskinäiseen vuorovaikutukseen. (Kitzinger & Barbour 1999, 4 - 7.)

Fontanan ja Freyn (2005, 703 - 705) mukaan fokusryhmähaastattelulle on ominaista, että kysymykset ovat strukturoituja ja että haastattelija toimii ryhmän puheenjohtajana ohjaten haastattelun kulkua sekä ryhmän jäsenten välistä vuorovaikutusta tiukasti sallien vain vähän poikkeamia teemasta. Haastattelijalta edellytetään samoja taitoja kuin yksilöhaastattelussakin. Hänen tulee olla joustava, objektiivinen, empaattinen, vakuuttava ja hyvä kuuntelija, mutta sen lisäksi ryhmädynamiikan tuntija, jotta mahdollisimman kattava aiheen käsittely mahdollistuisi. Ryhmässä joku voi dominoida liiaksi tilannetta tai vaihtoehtoisesti hiljaista on rohkaistava. (Fontana & Frey 2005, 703 - 705.)

Fokusryhmän vahvuus on sen ryhmädynamiikassa, joka nostaa esille asioita, joita ei yksilöhaastattelussa voida tavoittaa. Ryhmä tuottaa paljon asiantuntevaa, kumuloituvaa ja ilmaisultaan rikasta tietoa suhteellisen suurelta määrältä ihmisiä suhteellisen lyhyessä ajassa. (Kamberelis & Dimitriadis 2005, 902 - 903.) Ryhmähaastattelussa, kuten yksilöhaastattelussakin, voidaan avoimilla kysymyksillä houkuttaa osallistujia tuottamaan kertomuksia jostakin tapahtumasta tai kokemuksesta. Nämä ryhmässä tuotetut kertomukset ovat kestoaltaan lyhyempiä eikä niissä mennä syvälle henkilöhistoriallisiin kokemuksiin. Osallistujien tarinat pikemminkin jatkavat ja täydentävät toisiaan, jolloin yhdessä kertoen muodostuu kollektiivinen kertomus. (Valtonen 2005, 235.)

6.3 Kohderyhmä

6.3.1 Haastateltavien valinta

Haastateltavat henkilöt tavoitin vuoden 2007 touko – kesäkuussa Vanhusten tuki- ja kohtaamispaikka Poijun¹⁹ kahden palveluohjaajan avulla. Palveluohjaajien tehtävänä Poijussa on antaa ikääntyville ja heidän läheisilleen neuvoja, tietoja ja ohjausta itsensä huolehtimiseen ja arkielämässä selviytymiseen. Toimintaperiaatteisiin kuuluu, että asiakkaat tulevat ilman ajanvarausta ja kertovat palveluohjaajalle henkilökohtaisista asioistaan vain sen, mitä he neuvontatilanteessa itse katsovat tarpeelliseksi kertoa. Haastateltavien valinnassa noudatettiin tarkoituksenmukaisuusotantaa, jossa valittujen tapausten tuli täyttää tietyt kriteerit (Patton 1990, 176, 183). Annoin palveluohjaajille haastateltavien valintaa koskevan ohjeistuksen kirjallisesti. Tavoitteena oli löytää neljä ikäihmistä: kaksi naista ja kaksi miestä, jotka 1) asuvat kotona, 2) eivät saa säännöllisesti julkisia vanhuspalveluja ja 3) ovat tulleet Vanhusten tuki- ja kohtaamispaikka Poijuun hakemaan tietoa kotona asumista helpottavista arjen tukipalveluista. Kohderyhmän pieni määrä selittyi sillä, että tavoitteenani oli toteuttaa haastateltavien syvähaastattelu (Siekkisen 2001, 50).

Palveluohjaajat antoivat laatimani asiakaskirjeen (liite 1) harkintansa mukaan otantakriteerit täyttävälle asiakkaille. Kirjeessä oli kerrottu motivoivasti ja ymmärrettävästi tutkimuksen tarkoitus²⁰, haastattelujen eteneminen ja luottamuksellisuus sekä tutkijan yh-

¹⁹ Vanhusten tuki- ja kohtaamispaikka Poiju on aloittanut toimintansa syyskuussa 2005. Sen toiminnasta vastaavat yhteistyössä Turun sosiaali- ja terveystoimi sekä Turun ja Kaarinan seurakuntayhtymän diakoniakeskus. Poijun neuvontapalvelun kaksi palveluohjaajaa tukevat ja ohjaavat vanhuksia ja omaisia kotona selviytymisessä. Kysyä voi esim. asumisesta, palveluista, etuisuuksista sekä harrastus- ja virkistystoiminnasta tai keskustella ja eritellä ajatuksiaan yhdessä palveluohjaajien kanssa. Poijussa järjestetään ikääntymisen aihealueisiin liittyviä teematilaisuuksia. Vuonna 2007 Poijun palveluneuvontaa sai yhteensä 2803 henkilöä (Toimintakertomus 1.1. - 31.12.2007. Vanhusten tuki- ja kohtaamispaikka Poijun ohjausryhmä 17.3.2008).

²⁰ Asiakaskirjeessä kerroin olevani kiinnostunut onnistuneen vanhenemisen ja kotona asumisen edellytyksistä. Käsitteen "onnistunut vanheneminen" tai "onnistuva vanheneminen" (successful aging) viitekehys on terveys- ja toimintakykylähtöinen, joka toisin kuin sairauslähtöinen lähestymistapa ohjaa tarkastelemaan vanhenemiseen liittyviä mahdollisuuksia. Onnistunut vanheneminen on vaihtoehtoinen näkökulma vanhuuden lääketieteellistymiselle. Käsitteenä se on kulttuuri- ja arvosidonnainen. (Ruoppila 2000, 34 - 36; Heikkinen 2002, 23 - 27.) Tutkimusprosessin edetessä luovuin "onnistuneesta vanhenemisestä" korvaten sen toimintateoreettiseen viitekehukseen sopivalla "hyvinvointi"- käsitteellä. Hyvinvoinnin määritin ikääntyvän toiminnalleen asettamien tavoitteiden, voimavarojen ja ympäristötekijöiden keskinäiseksi tasapainoksi. Valinnallani ja määritelmälläni on yhtymäkohtia Eino Heikkisen (2008b, 405) onnistuvan vanhenemisen terveyskuvaan, joka on yksilön tavoitteiden, voimavarojen ja ympäristön ominaisuuksien keskinäistä tasapainoa. Käsitevalinnalla ei ollut merkitystä haastattelujen kulkuun.

teystiedot. Liitteenä oli postimerkillä varustettu palautuskuori. Sovittiin, että palveluohjaajat antavat kirjeen ensin kahdelle asiakkaalle, ja jos yhteydenottoa ei kuulu annettuun määräaikaan mennessä, kirje annetaan seuraavalle sopivalle asiakkaalle ja näin jatketaan kunnes haastateltavia on sovittu määrä. Tarkoitukseni oli aloittaa haastattelut heti sovittuani asiasta ensimmäisen yhteyttä ottaneen asiakkaan kanssa sekä rytmittää haastattelut sopivalle aikajänteelle, jossa kaikki haastateltavat eivät ole samanaikaisesti läsnä.

Palveluohjaajien kannustavan ja innostavan asennoitumisen ansiosta sain lyhyessä ajassa kuusi palautuskirjekuorta yhteystietoineen. Miehet olivat harkinneet osallistumisestaan perusteellisemmin kuin naiset, mutta vain yksi palveluohjaajien lähestymistä asiakkaista oli suoraan kieltäytynyt tutkimuksesta. Siinä vaiheessa, kun viimeiset haastateltavat ottivat palautuskuorineen yhteyttä, olin jo aloittanut ensimmäisten tutkimukseen halukkaiden haastattelut. Haastattelujen käytännönjärjestelyt aikatauluineen sujuivat hyvin, niinpä olin halukas kasvattamaan suunnittelemani kohderyhmää kahdella. Palveluohjaajat valitsivat haastateltavat sovittujen kriteerien perusteella, mutta kiinnittivät tarkoituksenmukaisuusotannassa huomiota myös siihen, että haastatteluun mahdollisesti osallistuvat henkilöt ovat halukkaita tuottamaan puhetta. He myös valitsivat tutkimukseeni elämäntilanteiltaan erilaisia tapauksia, jotta kotona asuvan ikääntyvän arjen toimijuudesta muodostuu monipuolinen kuva (ks. Patton 1990, 172, 182: otantakriteeri "Maximum variation sampling"). Tutkimukseeni valikoitui kolme naista ja kolme miestä. Näistä kuudesta viisi oli yksinasuvia ja yhdellä oli puoliso. Pidín tarkoituksenmukaisena puolison osallistumista haastatteluun, sillä puoliso oli joka tapauksessa läsnä haastattelun tapahtuessa avioparin kotona. Analyysivaiheessa käsittelin puolisoitten haastattelua yhtenä aineistona. Ratkaisu osoittautui oikeaksi ja sai perustelunsa Sirpa Anderssonin (2007) vanhoja pariskuntia koskevasta tutkimuksesta, jossa pariskuntien voimakas elämäntavan yhteisyys, "meisyys" sekä yhteinen paikan merkitys saivat Anderssonin haastattelemaan puolisoita yhdessä sekä tarkastelemaan analyysissä pariskuntaa yhtenä tutkimusyksikkönä (Andersson, 2007, 47, 145).

Haastateltavista oli 70 - 74-vuotiaita 1 henkilö, 75 - 79-vuotiaita 2 henkilöä, 80 - 84-vuotiaita 2 henkilöä (+ haastateltu puoliso) sekä 86 - 90-vuotiaita 1 henkilö. Haastateltavat olivat palvelujenohjaajien mukaan tulleet Vanhusten tuki- ja kohtaamispaikka Poi-

juun kysymään sosiaaliturvasta, kotipalvelusta, kotisairaanhoidosta, kuljetuspalvelusta, kuntoutuksesta, lääkäri- ja terveysaseman palveluista sekä matkustelusta.

6.3.2 Fokusryhmien osallistajat

Fokusryhmien osallistajat olivat vanhusten vapaaehtoisia lähimmäisiä ja ulkoiluystäviä²¹. Tutkimustehtäväni kannalta vapaaehtoiset ovat tärkeä kohderyhmä, sillä heillä on runsaasti hiljaista kokemustietoa vanhusten arjesta. He ovat lisäksi usein kolmasikäisiä, joten ikääntyvien toimijuus ja voimavarat ovat myös heissä edustettuina. Kun kaikki yksilöhaastattelut oli tehty vuoden 2007 elokuun lopulla, selvitin diakoniakeskuksen vapaaehtoistyön toiminnanohjaajan kanssa mahdollisuuksia vapaaehtoisryhmän muodostamiseksi. Sain arvokasta apua hänen postittaessaan 29 vapaaehtoiselle kirjeeni (liite 2)²² omine kannustavine saatekirjeineen. Kirjeeni oli kutsu ryhmähaastatteluun, joka etenee luottamuksellisesti keskustellen. Kutsu oli kohdennettu sellaisille vapaaehtoisille, joilla on kokemusta kotonaan omatoimisesti asuvien elämäntilanteista ja voimavaroista ja joiden vanhusystävillä ei ole säännöllisiä henkilökohtaisen hoivan ja huolenpidon palveluja, lukuun ottamatta siivous- tai muita vastaavia tukipalveluja.

Vapaaehtoisilla oli mahdollisuus ilmoittaa tutkijalle kiinnostuksensa haastatteluun puhelimitse, kirjeitse tai sähköpostilla. Annettuun määräaikaan mennessä puhelimitse ilmoittautuneita oli yhdeksän ja kirjeitse ilmoittautuneita yksi. Lisäksi yhden ilmoittautuneen kanssa kävin sähköpostikirjoittelua. Yhteydenottoja tuli useampikin, mutta niissä vapaaehtoinen halusi kertoa ystävänsä hoivapalveluista ja näin varmistua, ettei haastattelukutsu koske häntä. Fokusryhmän sopivaksi katsottu osallistujien määrä riippuu ryh-

²¹ Turun ja Kaarinan seurakuntayhtymän diakoniakeskuksessa on "Vapaaehtoistoiminta Lyhty" -niminen toimintamuoto. Lyhdyn kautta välitetään vapaaehtoisia lähimmäisiä muun muassa vanhuksille kotiin tai laitokseen sekä vanhusten ulkoiluystäviä. Pidempiaikaisen lähimmäistoiminnan lisäksi vanhuksille välitetään kertaluontoista saatto- ja asiointiapua. Vapaaehtoistoiminnan toiminnanohjaaja tekee kotikäyntejä, koordinoi tarpeet ja vapaaehtoiset yhteen sekä kouluttaa ja tukee vapaaehtoisia lähimmäisiä. Useimmilla vanhuksilla on kuntoisuutensa vuoksi säännöllisiä hoiva- ja huolenpitopalveluja. Toiminnanohjaajan valitsemat 29 vapaaehtoista olivat sellaisia, joiden vanhusystävät hän arveli täyttävän tutkimuksen kohderyhmäkriteerit (koska yksilöhaastateltavista joillakin oli yksityisiä siivouspalveluja, sallin mahdolliset tukipalvelut myös vapaaehtoisten vanhusystävillä). Lyhty tekee yhteistyötä Vanhusten tuki- ja kohtaamispaikka Poijun kanssa. Vapaaehtoiset vastaavat Poijun pienimuotoisesta kahvilatoiminnasta.

²² Kirjeessä kerroin olevani kiinnostunut onnistuneen vanhenemisen ja kotona asumisen edellytyksistä. Käsitteen "onnistunut vanheneminen" korvasin tutkimusprosessin edetessä toimintateoreettiseen viitekehukseen sopivalla "hyvinvointi" -käsitteellä (ks. alaviite 20). Käsitevalinnalla ei ollut merkitystä haastattelujen kulkuun.

män tarkoituksesta ollen sosiologisissa tutkimuksissa usein viidestä kuuteen osallistujaa tai jopa vain kolme (Kitzinger & Barbour 1999, 8). Olin suunnitellut yhtä noin kuuden hengen ryhmää, mutta ilmoittautuneiden määrän ollessa kymmenen muodostin heistä kaksi fokusryhmää. Kaikista yhteydenotoista välittyi vapaaehtoisten suuri innostus ja vastuuntunto saada keskustella vanhusten asioista. Lähes kaikki yhteydenotot tulivat välittömästi vapaaehtoisten saatua postissa lähetetyn kutsukirjeeni.

Ilmoittautuneista vapaaehtoisista useimmat sijoittuivat ikäryhmään 65 - 70-vuotiaat vaihteluvälin ollessa 49 - 70 vuotta. Lähimmäisvapaaehtoisena ja ulkoiluystävänä useat heistä käyttivät omasta vanhuksestaan nimitystä "ystävä". Ryhmäkeskusteluissa välittyi ajatuksia vapaaehtoisten monista iäkkäistä läheisistä sekä 14 nykyisestä vanhusystävästä. Näistä ystäväistä oli 65 - 64-vuotiaita 1 henkilö, 70 - 74-vuotiaita 1 henkilö, 75 - 79-vuotiaita 2 henkilöä, 80 - 84-vuotiaita 4 henkilöä, 85 - 89-vuotiaita 3 henkilöä ja 90 vuotta täyttäneitä 3 henkilöä. Kaikki ryhmäkeskusteluihin ilmoittautuneet vapaaehtoiset olivat naisia, samoin heidän ystävänsä yhtä mieshenkilöä lukuun ottamatta.

6.4 Tutkimusaineiston keruu

6.4.1 Kotona asuvien ikääntyvien haastattelut²³

Tutkimusluvan myönsi Turun kaupungin sosiaalikeskuksen palveluosaston osastopäällikkö. Toteutin haastattelut toukokuun ja elokuun 2007 välisenä aikana. Otin puhelimitse yhteyttä kaikkiin haastatteluun kiinnostuksensa osoittaneisiin henkilöihin. Vastasin mahdollisiin kysymyksiin, varmistin halukkuuden haastatteluun sekä sovin ensimmäisen haastattelun ajankohdasta ja paikasta. Varmistin sopimamme ajankohdan haastattelua edeltävänä päivänä tai haastattelupäivän aamulla, jos haastateltava oli sellaista toivonut. Painotin haastateltavien asiantuntijuutta ja heidän näkemystensä merkityksellisyttä. Haastatteluajankohdan ja -paikan valinta tapahtuivat haastateltavien ehdoilla; jos houkutteleva yllätysmeno ilmaantuisi, olisi se haastatteluun nähden ensisijainen. Korostin haastattelun olevan keskustelua, jossa aiheina ovat haastateltavan tämänhetkinen elämäntilanne ja arki kotona. Kaikki haastattelut yhtä osallistujaa lukuun ottamatta käytiin haastateltavien kotona. Haastateltavat asuivat kerros- ja omakotitaloissa; yksi haas-

²³ Ks. LIITE 3: TAULUKKO 6. Kotona asuvien ikääntyvien haastattelujen toteutus

tateltavista asui senioritalossa ja yksi omatoimiseen asumiseen perustuvassa palvelutalossa.

Haastattelututkimuksissa on korostettu tutkijan esittelyn merkitystä tutkimuksen onnistumiseen (Fontana & Frey 2005, 707; Rubin & Rubin 2005, 84 - 85). Palveluohjaajat olivat kohderyhmää lähestyessään antaneet haastateltaville ensimmäisen yleisluoteisen kuvan itsestäni vanhustyön ammattihenkilönä ja rakentaneet puolestani luottamusta. Tavatessani haastateltavani ensimmäistä kertaa kerroin heille toimineeni pitkään vanhustyössä, mutta esittäydyin heille ensisijaisesti yliopiston jatko-opiskelijana ja että tavoitteenani on kehittää sosiaalialan vanhustyötä. Vapautin itseni tietoisesti ammatti- ja viranhaltijarooleistani. Tutkijana en edustanut viranomaisverkostoa, joka mielestäni edesauttoi tasa-arvoisen ja turvallisen ilmapiirin syntymistä ja haastateltavien rohkaisumista kertomaan tunteistaan ja kokemuksistaan (Kvale 1996, 125).

Esittäytymisen yhteydessä kerroin tutkimuksen tavoitteet ja kulun sekä esittelin nauhurin käytön. Korostin osallistumisen luottamuksellisuutta sekä vapaaehtoisuutta, ja että haastateltava voi halutessaan peruuttaa tai keskeyttää tutkimukseen osallistumisensa. Allekirjoitin jokaiselle haastateltavalle vaitiolositoumuksen. Haastateltavat puolestaan allekirjoittivat kirjallisen suostumuksensa tutkimukseen osallistumisesta. Pidin tärkeänä, että suostumus perustui tietoon ja asian ymmärtämiseen. (Yhteiskuntatieteellinen tietarkisto 2007.)

Kvale (1996, 129 - 130) neuvoo valmistautumaan haastatteluun tekemällä eräänlaisten oppaan, käsikirjoituksen teemoineen ja kysymyksineen. Kirjasin paperille ohjeistuksia oikeasta kysymyksenasettelusta ja esimerkkejä haastateltavan elämäntilannetta avaavista avoimista kysymyksistä. Laukussani oli lisäksi lyhyt tietopaketti ikääntyvien voimavaroista ja toimijuudesta (Koskinen 2005; Jyrkämä 2007a). Valmistautumiseni auttoi haastattelutilanteiden kokonaisuuden hallintaa. Osoitin mielenkiintoa ja kunnioitusta, esitin tarkentavia ja tulkitsevia kysymyksiä ja pyrin käyttämään ymmärrettävää kieltä (Kvale 1996, 125, 130 - 135). Haastatteluilla oli tarkoitus ja päämäärä: löytää vihjeitä ja johtolankoja tutkimustehtäväksi nimetyn arvoituksen ratkaisemiseksi (Alasuutari 2001, 39).

Arvioin ensimmäisten haastattelujen jälkeen suoritustani. Haastateltavat olivat vieneet tutkijan mennessään kertomuksiinsa ja käsikirjoitus ohjeistuksineen oli jäänyt taka-alalle. Tutkija luuli yltävänsä syvähaastattelun tasolle, mutta haastateltavan puhe kulki omia polkujansa eikä haastattelu ollut niin syvällistä kuin oletin (ks. Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2005, 199). Kohtasin kotona asuvan ikääntyvän rikkaan elämäntilanteen, joka sai arvioimaan syvähaastattelun mahdollisuudet uudelleen. Arjen moninaisuudesta ei ollut tarkoituksenmukaista rajata jotakin aihealuetta, josta haastatteluilla pyrkisin ammentamaan syvällisempää tietoa. Pidin myös eettisesti arveluttavalta oikeuttani tunkeutua syvälle haastateltavan yksityiselämään (Siekkinen 2001, 44, 57). Pidin edelleen tärkeänä tutkittavieni haastattelua useamman kuin yhden kerran, mutta tavoittelin "syvää" tietoa lähinnä sellaisena kuin Wengraf (2004, 6) sen näkee - mahdollisuutena havaita kuinka erilaiset kotona asuvien ikäihmisten elämismaailmat ovat ja kuinka tärkeää on kuunnella heitä itseään, jotta tästä elämismaailmasta voisi jotakin tietää.

Olin huolissani puheen rönsyilystä, mutta Burgess (1988, Siekkisen 2001, 54 - 55 mukaan) toteaa rönsyilyn olevan tärkeää. Haastattelija ehkä kokee menettäneensä tilanteen kontrollin, mutta rönsyilyn kautta haastateltava menee niihin aiheisiin, jotka hän kokee kiinnostaviksi. Koti ympäristönä auttoi haastatteluilmapiirin ja luontevan vuorovaikutuksen luomisessa. Se tarjosi myös runsaasti virikkeitä keskustelulle kaikkine valokuviineen ja muistoesineineen ja laajensi kuvaa haastateltavien elämän merkityksellisistä asioista. Koti antoi myös mahdollisuuden arvioida haastateltavan selviytymistä jokapäiväisistä asioista. Aloitin kaikkien haastateltavieni kanssa ensimmäisen keskustelun tiedustelemalla, miten Poiju oli tullut paikkana tutuksi ja missä asioissa haastateltava oli siellä käynyt. Aloitus rohkaisi kaikkia puhumaan. Ilmapiiri oli vapautunut eikä yksikään haastateltavista tarvinnut missään vaiheessa aktiivista tukea itsestään kertomiseen (Wengraf 2004, 125). Keskustelu eteni kunkin haastateltavan omista lähtökohdista, mutta kaikilta pyrin sopivissa yhteyksissä kysymään erilaisin kysymyksenasetteluin, onko haastateltavalla huolia, kokeeko turvattomuutta, seuraako vanhuspoliittisia asioita, mitä vanhuus on, onko kokenut ikäsyrrjintää ja millaisia tulevaisuuden suunnitelmia haastateltavalla on.

Fontana ja Frey (2005, 713) muistuttavat, että tutkijan on säilytettävä roolinsa haastattelijana. Pidin kuitenkin eettisesti tarkoituksenmukaisena, että joissakin tapauksissa kerroin vanhus- ym. palveluista ja annoin niitä koskevia neuvoja. Kvalen (1996, 128) mu-

kaan hyvin toteutettu haastattelu on myös haastateltavalle rikastuttava kokemus, jossa hänellä on mahdollisuus keskustella vapaasti tarkkaavaisen kuuntelijan kanssa ja saada uutta näkökulmaa elämäntilanteestaan. Tapasin kaikkia haastateltaviani vähintään kaksi kertaa, kahta haastattelin kolme kertaa. Kaikki suhtautuivat uusintatapaamiseen myönteisesti. Palasin aina joihinkin edellisen kerran haastattelussa esiin tulleisiin asioihin, jotka tarkentuivat, mutta jotka myös etenivät uusiin kertomuksiin.

Haastattelutilanteet päätin rupatteluun jostakin tilannekohtaisesta asiasta. Kolmannen haastattelun päätyttyä eräs haastateltavani kysyi: "Olik meidän jutut nyt selvät?" Ja vielä eteisessä: "Tuleks sää viäl? Kyl mä viäläkin otan. Olen tavattavissa tääl." Toisen henkilön intensiivinen kuunteleminen ja arvoituksen ratkaisemiseen tarvittavien vihjeiden etsiminen oli rikas ja mukaansa tempaava kokemus. Haastateltavat tulivat keskustelujen myötä läheisiksi, joten haastattelujen loppuessa tunsin paitsi kiitollisuutta myös haikeutta (Rubin & Rubin 2005, 83).

6.4.2 Fokusryhmät keskustelevat²⁴

Fokusryhmän kokoamiselle ja haastattelulle sain tutkimusluvan Turun ja Kaarinan seurakuntayhtymän diakoniajohtajalta. Vapaaehtoistyön toiminnanohjaajan avulla sain haastatteluihin rauhallisen huoneen diakoniakeskuksesta. Vapaaehtoisten ilmoittautuessa tutkimukseen kysyin yhteystiedot ja tunnustelin alustavasti sopivia kalenteriaikoja. Soitin uudelleen, kun ilmoittautuneiden kokonaismäärä oli varmistunut ja olin keskustellut diakoniakeskuksen vahtimestarin kanssa huonejärjestelyistä. Kymmenen vapaaehtoisen henkilön ja huonetilan kalentereiden yhtensovittaminen sekä kahden ryhmän muodostaminen edellyttivät useita puhelinsoittoja. Toinen ryhmistä kokoontui aamupäivällä ja toinen iltapäivällä virka-ajan jälkeen, josta seurasi ovien lukitusten vuoksi erityisjärjestelyjä. Sopiessani aikataulusta useat osallistujista tiedustelivat mahdollista tarvetta valmistautua keskusteluun etukäteen. Joku myös iloitsi siitä, että "tutkitaan ja syynätään".

Tapasin viiden osallistujan aamupäiväryhmän kaksi kertaa ja iltapäiväryhmän yhden kerran. Iltapäiväryhmään tuli neljä henkilöä yhden vapaaehtoisen estyessä saapumasta

²⁴ Ks. LIITE 3: Taulukko 7. Fokusryhmähaastattelujen toteutus

tilaisuuteen. Tämä osaltaan vaikutti siihen, että ryhmä ehti keskustella annetusta teemasta laaja-alaisesti. Aloitin kummankin ryhmätilanteen esittäytymällä ja kertomalla tutkimuksestani, nauhurin käytöstä, tutkimusluvastani sekä tutkimuksen luottamuksellisuudesta. Kaikki diakoniakeskuksen vapaaehtoiset allekirjoittavat kerran vuodessa vaihtolositoumuksen ja oma salassapitovelvollisuuteni oli kirjattu tutkimuslupaani. Kerroin, miten kotona asuvien ikääntyvien haastattelut olivat sujuneet ja perustelin vapaaehtoisten merkityksen tutkimukselle. Korostin heidän olevan asiantuntijoita, jotka kokemustiedollaan lisäävät tutkimuksen luotettavuutta rikastuttamalla kotona asuvan ikäihmisen kuvaa. Kerroin olevani kiinnostunut myös kuulemaan vapaaehtoisista itsestään sekä heidän käsityksistään vapaaehtoistyön merkityksestä vanhustyössä. Seuraavaksi esitin keskustelun aloittamiseksi lyhyen yhteenvetokuvauksen haastattelemistani tapauksista ja pyysin ryhmäläisiä esittäytymään toisilleen sekä kertomaan omista vanhusystävistään. Näin toimiessani olin Valtosen (2005, 231) mukaan käyttänyt aktiivisesti hallinnollista valtaa, luonut säännöt ja edellytykset keskustelulle. Hallinnollinen valta kuulostaa kielteiseltä. Ennemmin oli kysymys keskustelulle otollisen ilmapiirin luomisesta, vallasta empowermentina.

Esittelykierrosta seurasi ryhmäläisten keskinäinen keskustelu. Vaikka ryhmäläiset eivät tunteneet toisiaan, oli vapaaehtoisuus ryhmäläisiä vahvasti yhdistävä ja aktivoiva tekijä. Kummankin ryhmän osallistujat kyselivät toisiltaan, jatkoivat toistensa puhetta ja kannustivat toisiaan. Kumpikin ryhmä toimi ryhmän vetäjän näkökulmasta taitavasti. Osallistujat keskustelivat vuorollaan, kukaan ei dominoinut tilannetta eikä toistensa päälle puhumista ollut. Vain muutaman kerran kannustin hiljaista osallistujaa kysymällä häneltä jotakin keskustelun aiheeseen liittyvää. Ryhmän vetäjänä en osallistunut keskusteluun, mutta kuuntelin aktiivisesti, myötäilin puhetta ja esitin tarkentavia jatkokysymyksiä. (Fontana & Frey 2005, 704.) Sopivissa kohdissa esitin kummallekin ryhmälle avoimia kysymyksiä kotona asuvan ikääntyvän mahdollisista tuen tarpeista, vanhusystävien mahdollisesti kertomasta ikäsyrynnästä sekä kannanotoista ja vaikuttamisesta yhteiskunnallisiin asioihin. Keskustelulle fokusoitu teema ja keskustelun kuluessa esittämäni kysymykset eivät olleet Fontanan ja Freyn (2005, 704 - 705) esittämällä tavalla strukturoituja. Fokusryhmä tilanteena oli strukturoitu, mutta kysymykset olivat yksilöhaastattelujen tavoin avoimia kysymyksiä, joilla mielestäni loin edellytykset vapautuneelle ja ilmaisultaan rikkaalle keskustelulle.

Fontanan ja Freyn (2005, 705) mukaan ryhmän sisäinen kulttuuri saattaa vaikuttaa yksittäisten osallistujien mielipiteeseen, jolloin fokusryhmän vaikuttavuus kärsii. Näin ei tapahtunut, vaan kummankin ryhmän osallistajat esittivät runsaasti toisistaan eriäviä näkökulmia. Ryhmäkokoukset kestivät noin kaksi tuntia, nauhoitetun ryhmähaastattelun ollessa tästä ajasta keskimäärin 1,5 tuntia. Rönsyilevää puhetta oli vähän. Ainoastaan aamupäiväryhmän tavatessa toisen kerran keskusteluun tuli vapaamuotoista kahvipöytäkeskustelua. Keskustelu alkoi vilkkaana jo ennen varsinaisen ryhmätilanteen alkamista ja jatkui tilanteen loppupuolella. Tätä vapaamuotoista keskustelua en nauhoittanut. Ryhmänvetäjänä tuntui hyvältä, että osallistajat vaivautuessaan tulemaan paikalle kokivat tilanteen sosiaalisesti palkitsevana. Ryhmä keskusteli aktiivisesti myös teemasta. Yksi ryhmäläisistä oli tuonut mukanaan paikallislehdessä olleen kotona asuvaa ikäihmistä koskevan yleisönosastokirjoituksen. Hän luki kirjoituksen muille ja näin viritti ryhmäkeskustelun. Ryhmänvetäjänä toimin samalla tavalla kuin edelliselläkin kerralla. Päätin ryhmätilanteet kysymällä, oliko jollakin vielä lisättävää käytyyn keskusteluun. Vastauksena sain painokkaasti esitettyjä kannanottoja siitä, miten ikäihmisten kotona asumista tukevia julkisia palveluja tulisi kehittää. Sain myös kuulla mielipiteitä vapaaehtoistyön palkitsevuudesta.

7 AINEISTON ANALYYSI

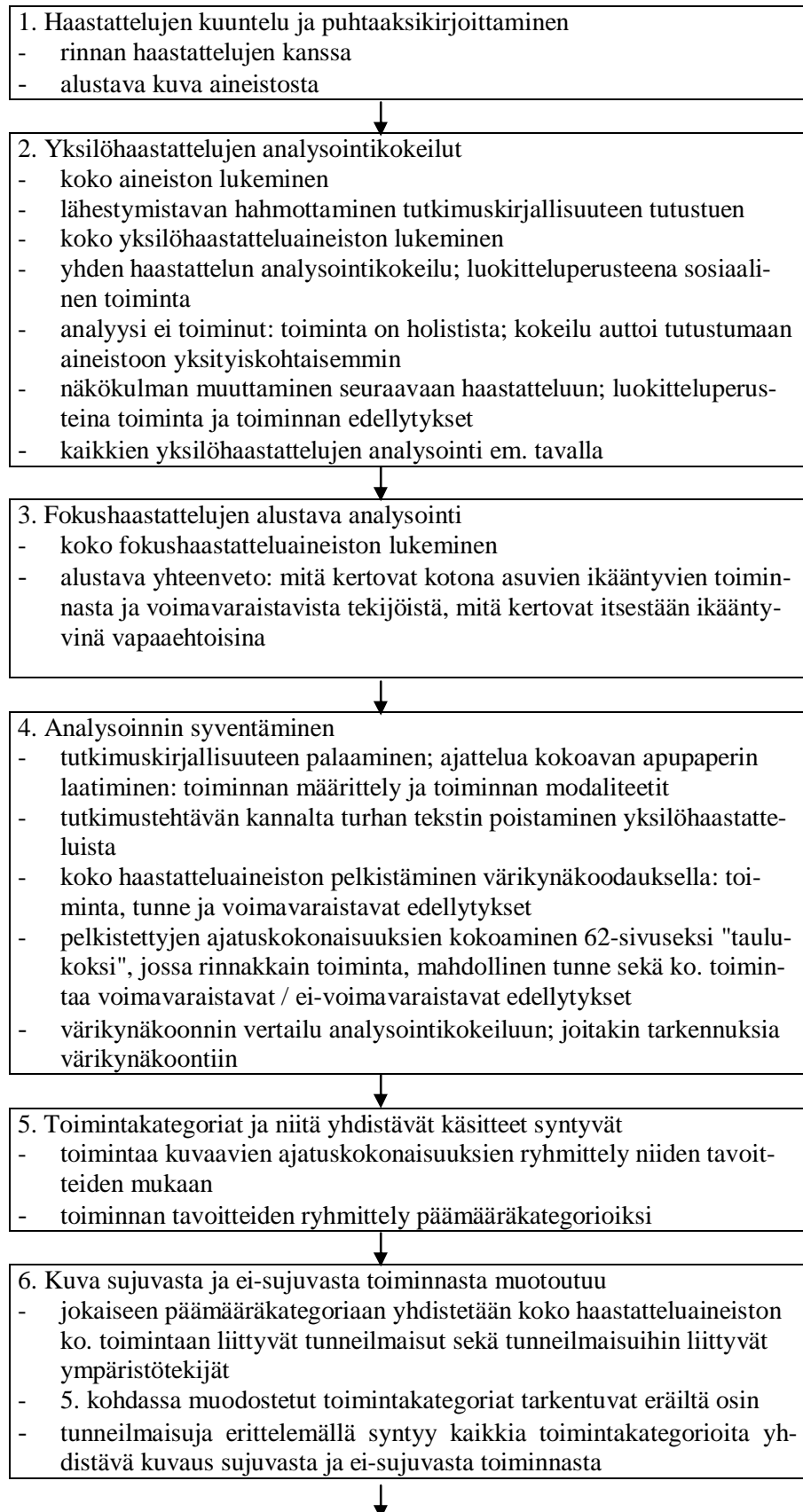
Kirjoitin haastattelujen nauhoitukset puhtaaksi sanatarkasti kuitenkin karsien jo kirjoitusvaiheessa sellaisen keskustelun, joka ei millään tavalla kuulunut tutkimustehtävääni, kuten keskustelut jatko-opinnoistani. Kirjasin haastateltavan äänenpainotukset sekä puheen hiljenemisen ja tauot, kun ne huomattavasti poikkesivat normaalista puheesta. Tekstiaineistoa kertyi 185 sivua fontilla 12 ja rivinvälillä 1,5.

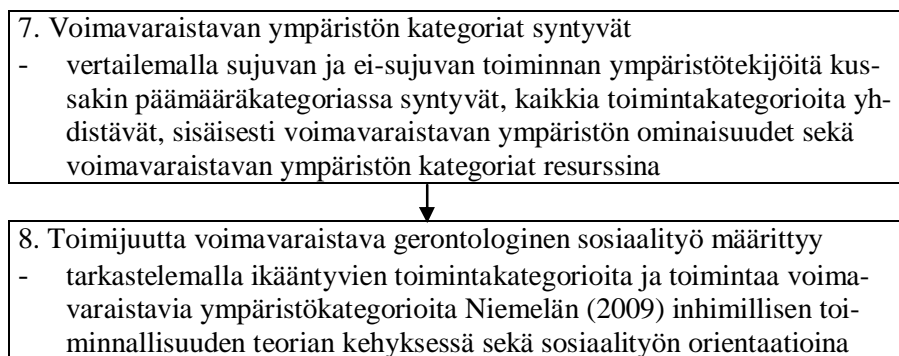
Laadullinen aineisto on haasteellinen analysoida aineiston runsauden sekä elämänläheisyytensä vuoksi, lisäksi valittavissa olevia analyysitapoja on useita (Patton 1990, 371 - 372; Hirsjärvi & Hurme 2000, 135). Oma avoimeen haastatteluun perustuva aineistoni ei tästä poikennut. Kotona asuvan ikääntyvän arjen moninaisuus teki aineistosta työlään ja vaikeasti käsiteltävän. Analysointitavaksi valitsin sisällönanalyysin, jonka tavoitteena on löytää aineistosta keskeiset teemat tai ydinkategoriat, jotka kuvaavat kohdetta ja joiden varaan tutkimustulosten analysointi rakennetaan. Analyysi etenee prosessina sisältäen aineiston pelkistämisen, ryhmittelyn ja abstrahoinnin. (Tuomi & Sarajärvi 2006, 110 - 115.)

Analyysiprosessi eteni mutkikkaasti sivujuonteita tehden. Pyrin olemaan avoin erilaisille lukutavoille sekä tavoille analysoida aineistoa löytääkseni tutkimustehtävän kannalta parhaimman ratkaisun. Patton (1990, 375) toteaa, että usein analyysiprosessin ensimmäiset oivallukset ovat tärkeitä. Huomasin palavaani harharetkiltäni yhä uudelleen ensimmäisiin valintoihini, joita analyysiprosessin kuluessa tarkensin ja syvensin. Varhaisessa vaiheessa myös havaitsin, ettei mies- ja naishaastateltavien toimijuuden keskinäinen vertailu ollut mahdollinen. Haastateltavat erosivat toisistaan yksilöinä, ei miehinä tai naisina.

Tarkastelin yksittäisiä haastatteluja ja koko haastatteluaineistoa kokonaisuuksina, hajottamalla osiin, luokittelemalla sekä yhdistelemällä sisältöalueita saadakseni kuvan kotona asuvan ikääntyvän toimijuudesta sekä toimijuutta voimavaraistavista tekijöistä. Analyysiyksikkönä oli ajatuskokonaisuus (Tuomi & Sarajärvi 2006, 112), jota tulkitsin suhteessa haastateltavan arjen kokonaisuuteen. Analyysi ja kirjallisuuteen tutustuminen etenivät rinnakkain. Aineiston analysointi tapahtui aineistolähtöisesti, mutta oli luonteeltaan abduktiivista, sillä päättelyä ohjasivat ikääntyvän toimijuuteen ja voimavara-

tumiseen liittyvät teoreettiset valinnat sekä sosiaalityön orientaatiot (Hirsjärvi & Hurme 2000, 136). Kuvaan analyysiprosessin etenemistä kuviossa 3:





KUVIO 3. Tutkimusaineiston analyysiprosessin vaiheittainen eteneminen

Laadullisen aineiston analyysin katsotaan alkavan jo haastattelutilanteissa (Hirsjärvi & Hurme 2000, 136). Puhtaaksikirjoitin haastattelut ennen haastateltavien seuraavaa tapaamista. Vaikka en vielä osannut orientoitua tulevaan analysointiprosessiin, oli kirjoittaminen seuraavaan haastatteluun valmistavaa aineiston arviointia. Aineiston pelkistämisen yhteydessä poistin yksilöhaastatteluista haastateltavien tuttujen ja omaisten perhe- ja tilannekuvauksia, elämänhistoriallisia muistoja sekä asiaankuulumattomia tilannekuvauksia. Fokusryhmähaastatteluissa ei ollut tutkimustehtävän kannalta tarpeetonta tekstimateriaalia.

Analysointikokeiluissa esitin aineistolle kysymyksiä: "Mitä [toimintaa] tässä tapahtuu?" ja "Mitä [toiminnan edellytyksiä] tämä kuvaa?". Hämmentävintä oli ymmärtää käsite "toiminta", jota gerontologiseen sosiaalityöhön liittyvänä arvoituksena yritin ensin rajata sosiaalisesti toiminnaksi - mutta, mitä on sosiaalinen toiminta, kun toimintaa oli ikääntyvän arjessa kaikkialla ja kaikenmuotoisena toisiinsa kietoutuneena. Ensimmäiset analysointikokeiluni kariutuivat siihen, että analysointiprosessit olivat hallitsemattomia: ryhdyin samanaikaisesti pelkistämään aineistosta sekä toiminnaksi tulkitsemieni sisältöjä että kuhunkin yksittäiseen toimintaan liittyviä voimavaraistavia ympäristötekijöitä. Tuloksena oli iso määrä eri tasoisia toiminta- ja ympäristötekijöitä, joita oli mahdoton lähteä ryhmittelemään. Analysointikokeilut olivat prosessin välttämätön vaihe, jonka aikana tutkimusaineistoon tutustuminen syveni ja joka kypsytti ratkaisua analyysin vaiheittaisen etenemisen välttämättömyydestä. Analysointikokeilujen umpiperä pakotti yhä uudelleen palaamaan tutkimuksen teoreettiseen viitekehykseen.

Ohjeistin itseäni toiminnan teorioilla. Leontjevin (1977, 92 - 94, 164) teoria toiminnasta kolmitasoisena systeemisenä kokonaisuutena auttoi lähestymään aineistoa: toiminta muodostuu teoista ja tekoja toteuttavat keinot, jotka riippuvat kulloisistakin teon suorittamisen ehdoista ja olosuhteista. Tarkastelunäkökulmia on useita. Toiminta voi olla jonkin toisen toiminnan teko ja teko puolestaan toimintaa; esimerkiksi kaupassakäynti on toimintaa, joka muodostuu liikkumisen, elintarvikkeiden valinnan ja maksamisen teoista, mutta ruoanvalmistamisen näkökulmasta kaupassakäynti on ruoanvalmistamisen mahdollistama teko. Kaupassakäyntiin liittyvä liikkumisen teko puolestaan on toimintaa, joka muodostuu bussipysäkillä kävelemisen tai taksin tilaamisen tekoina. Toiminnan moni-ilmeisyydestä seurasi, että sisällönanalyysini oli hyvin yksityiskohtaisten ajatuskokonaisuuksien pelkistämistä, jotta tutkimustehtävän kannalta mitään oleellista ei jäisi tavoittamatta.

Toinen toimintateoreettinen ohjeistus liittyi ikääntyvien intentionaalisuuteen. Koska ihmisen toiminta nähdään intentionaalisena, tavoitteisiin suuntautuvana, on sitä myös selitettävä tavoitteidensa kautta (Hänninen 1989, 53). Näin selkiytyi aineiston pelkistämisen toinen tärkeä lähtökohta: ollakseen toimintaa sillä on oltava tavoite. Aineiston ryhmittelyssä esitin kysymyksen: "Mikä on [kulloinkin kyseessä olevan] toiminnan tavoite?" ja yläkategorioiden abstrahoinnissa kysymyksen: "Mikä on toiminnan tavoitteita yhdistävä päämäärä?". Muodostuneet toimintakategoriat esitetään tutkimustuloksina taulukossa 2.

Toiminnan teorian lisäksi aineiston sisällönanalyysin tulkintakehyksenä olivat toimijuuden modaliteetit "haluta", "osata", "kyetä", "voida", "täytyä" ja "tuntea" (Jyrkämä 2007a, 207). Etsiessäni vastausta tutkimuskysymykseen "Millaista on kotona omatoimisesti asuvan ikääntyvän toimijuus?" tulkitsin, että ikääntyvien kertoma arjen toiminta oli heidän itsensä "haluamaa" ottamatta kantaa kuinka hyvin tai huonosti he siitä selviytyivät. Edetessäni toimijuutta voimavaraistavia ympäristötekijöitä koskevaan tutkimuskysymykseen muut toiminnan modaliteetit tulivat tärkeiksi. Voimavaraistava ympäristö tekee toiminnan "voimisen" mahdolliseksi vastakohtana "täytymiselle". Mitä vähemmän ikääntyvät "osaavat" ja/tai "kykenevät" sitä paremmin ympäristön on tuettava heidän voimistaan.

Ikääntyviä sisäisesti voimavaraistavien ympäristötekijöiden analysointi alkoi avautua, kun ymmärsin, että toiminnalla itsessään on ikääntyvää sisäisesti voimavaraistava merkitys. Tärkeiksi johtolangoiksi muodostuivat "tunteet", jotka heijastavat haluamisen ja toiminnan tuloksen suhdetta (Leontjev 1977, 161 – 168). Kun monisairas haastateltava kertoi arkiherruksestaan ja totesi: "On niin kiva touhuta", hänestä välittyi positiivinen ja voimavaraistava tunne. Vastaava kielteinen ilmaisu oli: "Harmittaa, kun mikään ei luista". Tulkitsemalla haastatteluaineiston tunneilmaisuja muodostui kuva sujuvasta ja ei-sujuvasta toiminnasta, joita peilasin vastinparina ympäristön tarjoamiin edellytyksiin. Yhdistämällä ympäristötekijöitä ja niihin liittyviä ikääntyvien ilmaisemia kielteisiä ja kiittäviä tunneperäisiä arviointeja syntyivät toimintaa voimavaraistavat ympäristötekijät resurssina sekä ikääntyvää sisäisesti voimavaraistavat ympäristökategoriat (taulukko 4).

8 TOIMIJUUS ON ELÄMÄÄ

8.1 Varo sanomasta vanhaksi!

Tutkimuksen haastatteluista avautui näköala noin 30 vuoden mittaiseen kolmanteen ikään, joka kattoi ikävuodet 65–94 vuotta.²⁵ Eräs fokusryhmän vapaaehtoisista (O4/1) kuvasi ryhmähaastattelussa omia iäkkäitä ystäviään: "Ne on niin elämässä mukana!". Elämässä mukana olo oli voimakkaasti läsnä kaikissa tutkimuksen tavoittamissa ikään-tyvissä. Tämä näkyi itselle tärkeinä mieltymyksinä, toimintana sekä haluna ylläpitää elämänsä jatkuvuutta. Vanhuus oli jossakin tuonnempana, ei vielä kohdalle tullessa kokemuksellisena tunteena.

"Toiset vanhat on sit tosi vanhoi ja on vanhoi ko on vähän nuorekkai. Niin ko munkin tekis miäli kaikenlaista kivaa tehdä vielä." (H3/1)

"Juu mä olen tyytyväinen, jesta, ei mul ole valittamista. - - ja mä tykkään jos sanotaan vanhukseks, niin, niin kyl se sais vähän olla varomas (nauraa) tai emmä tiädä onk se paha nimitys. Vanhus on huanompi kuntosempi." (H5/1)

"Jaa-a en mä tiädä kun ei ole kokemusta [vanhuudesta] (nauraa). Eikä ole semmost tunnettakaan tullu. Ihminen ei oikein halua tunnustaa tulevansa vanhaksi ainakaan niin kauan ko hän on terveenä ja pääsee liikkeelle." (H1/2)

Kommentit kertovat ääntöisestä minuudesta; mieli on vielä nuori, vaikka peili muistuttaa kurjalla tavalla ajan kulumisesta:

"Itteä harmittaa, kun katsoo peiliin - -." (H5/2)

Vanhuuden kieltämisen rinnalla haastateltavat puhuivat paljon sairauksistaan ja sairauksista selviytymisestään. Elämässä mukana oleminen sai sairauksista kontrastin, joka avasi ymmärrystä selviytymisen voimavaroista ja voimavarojen tukemisen merkityksistä. Haastateltavat kertoivat mm. diabeteksestä, heikoista käsivoimista, hengenahdistuksesta, huimauksesta, kaihileikkauksista, kivuista, kulumisista, liikkumisen vaikeuksista, lonkkamurtumasta, muistihäiriöistä, munuaisten vajaatoiminnasta, nivelreumasta, palleatyrästä, silmänpohjan rapeutumasta, suonenvetoista, sydänvaivoista, verenpaine- taudista ja yöruusuista.

²⁵ Johdannossa (s. 7) todetaan, että noin 80 – 85 vuoden iässä alkava neljäs ikä merkitsee varsinaista vanhuutta, jolloin hoidon tarpeet ja riippuvuus muista lisääntyvät. Kronologisesta iästään huolimatta luonnehdin haastateltavia kolmasikäisiksi, jollaisiksi he myös itsensä kokivat.

"Kyl muuten ku sais uudet jalat. Uudet jalat, sit olis kaikki hyvin. Ja uus selkä. Emmä sit tiädä kummast se on pahempi, kun ei kävelemään oikein kunnol pääse - - eri päivät on erilaiset." (H2/2)

"En mä juaksemas käy, emmä pysty juaksemaan enää. Mul on uudet nivelet polves. Mul on selkäkin leikattu kolme kertaa ja sit on sormet poikki tost noi ja sit henki meinas lähtee autokolaris, meni niskat sano." (H4/1)

Terveys on voimavara, joka auttaa ihmisiä säilyttämään omatoimisuutensa ja selviytymään erilaisissa elämän toiminnoissa sekä säilyttämään entisen toimintatapansa (Andersson 2007, 82). "Terveys on kaiken A ja O. Se on kaiken A ja O", kuten eräs haastateltavista (H6/1) totesi. Haastatteluaineiston ikääntyvistä vain yhdellä elämässä selviytyminen tuntui jatkuvan ennallaan. Useimmilla oli alkavia tai joissakin asioissa haittaavia toiminnan rajoitteita, mutta vanhuuden kieltäminen viestittää, että vielä löytyi tai oli löydettävissä voimavaroja menetysten kompensatioon. Itsensä vanhaksi ja sairaaksi kokeminen tulee ajankohtaiseksi, kun "mitta tulee täyteen" eli kun kipujen ja useiden sairauksien aiheuttamat rajoitteet ilmenevät monen päivittäistoiminnan alueella (Helin 2000, 171).

Yhteistä haastateltaville oli kolmannen iän elämänvaihe, jossa ihmissuhteiden menetyksiä kuolemalle oli paljon. Useat olivat kulkeneet huolta kantaen puolisonsa ja läheisensä rinnalla tämän sairastuttua. Ikääntyminen ja luopumiset olivat muutoksen aikaa, joka pakotti arvioimaan elämän perusteita. Haastateltavat puhuivat kesäpaikoista luopumisista ja asumisen järjestelyistä. Ajankohtaisiksi tulivat myös erilaisten etuisuuksien ja palvelujen selvittäminen. Elämässä mukana olemiseksi oli osattava hakea tietoa ja neuvonta-apua.

" - - mul on kaikki ystävät ja tuttavat hävinny sillai. Ei tääl käy kettä, tääl mun tykö. Toiset on muuttanu taivaan kotiin ja toiset jonnekin muualle, niin ei tääl oluttui." (H3/1)

" Yhdeksänkymppinen jäi yksin. Piti itse ottaa yhteyttä ja etsiä, mistä saa kysyä." (O4/2)

Haastatteluista sai käsityksen, että ikääntyvien merkittävänä sosiaalisen tuen ja konkreettisten apujen antajina olivat omaiset, tosin useiden lapset ja lapsenlapset asuivat kaukana, jolloin avunanto tapahtui puhelimitse ja harvakseltaan tapahtuvine tapaamisineen.

" - - niin puhelimen päässä on aina. Mä välist kyl odotan, et ne soittais. Mä ajattelen, et mä olen vanha niin ne vois soittaa. Kyl kai ne muistaa, mut niil on heiän tyät." (H2/1)

Arjen auttajina toimivat myös naapurit ja ystävät, kun sellaisia oli. Eniten tutkimusaineiston ikääntyvät käyttivät erilaisia terveydenhuollon palveluita. Kahdella haastateltavalla oli yksityinen siivouspalvelu ja joillakin vapaaehtoisten ystävillä oli kokemusta julkisesta kauppapalvelusta, taksilipuista ja satunnaisista kotihoidon käynneistä. Elämistä ohjasi ikääntyvän taloudellinen tilanne. Rahavaikeuksista ei suoraan puhuttu, mutta usein eri yhteyksissä ikääntyvät tai vapaaehtoiset kertoivat tarkasta rahojen riittävyyden laskemisesta.

Muutamassa haastattelussa piipahdettiin lyhyesti lapsuuden tai nuoren aikuisuuden sota-ajan kokemuksissa. Tutkimus kohdentui sotien sekä välittömästi sotaa seuranneeseen jälleenrakennuksen ja nousun sukupolviin. Samaan ikäkohorttiin kuuluvilla oli yhteinen historia, mikä osaltaan veti ikääntyviä yhteen erilaisina kaveriporukkoina ja kerhoina. Pula-ajan ihmisiä luonnehditaan omillaan toimeentuleviksi ja sinnikkäiksi. Apua ei haluta silloinkaan, kun kotitilanne näyttää ulkopuoliselle huolestuttavalta. Vapaaehtoiset ystävät kuvasivat kahta 90 vuotta täyttänyttä sinnikästä omakotitaloasujaa, joiden heikkouden ja vahvuuden rinnakkaiselo oli omalla tavallaan ominaista muillekin tutkimuksen ikääntyville:

"Kävi yli 90-vuotiaana Internet-kurssin ja surffaa netissä. - - . Siinä on semmonen nykyaikainen vanhus, joka pitää huolen, että kynnet ovat pitkät ja hyvin lakatut - - ja viime kesänä kävimme ostamassa hänelle peruukin, koska hän koki, että hiukset on käynyt niin ohueksi, ja hänel oli semmonen tarkka tieto minkälaisen peruukin hän haluaa. - - kyllä joka päivä ajatteluttaa kuinka hän pärjää, koska hän on senlaatuinen vanhus, hän sanoo itseäkin vanhukseksi kyllä, että hän ei halua hakea apua - - kotia pitäisi siivota, eikä hänellä ole voimia. Hän on niin hento ja hoikka fyysisesti, mutta kun hän on henkisesti niin terävä ja virkeä, ihastuttava ihminen. Hoitaa vielä puutarhan minkä jaksaa ja levittää multaa keväällä, hän yrittää niillä vähäisillä voimilla toimia. Ei hän halua yhteiskunnan apua, ei hän. Hän on sen ajan ihminen, et hänen on hyvin vaikea pyytää apua." O9/1

"Hänel ei ole ketään, joka hänen asioitaan hoitaa, et hän hoitaa kaiken itse. Ja on aika huonokuntoinen, mut hänel ei ole omaisia, ja joskus kauan sitten hänen luonaan on käynyt tämmönen kaupungin ihminen, joka 80 vuotiaan luona kuuluu käydä ja katsoa se hänen tilanne, niin silloin tämmönen henkilö arvioi, et hänel on hyvä tilanne. Se ei ollu nähny tai ei tullu silloin huomioiduksi, et hän on hyvin sairas. Ja hän on sen verran ylpeä, et ei hän sit vaivaa viranomaisii sen enempä. Hän tulee vaan jotenkuten toimeen. Alkuun kävin siel useamman päivän viikossa, mut sit mä tulin siihen lopputulokseen, et mä saisin muuttaa sinne asumaan ennen kuin olis kaikki hyvin. Mut se aika mitä me nyt maanantaina ollaan yhdessä on fantastista, meil on hauskaa ja kyl hän joskus on täysin poikki, kun me se puutarha käydään läpitte, vaikkei hän muuta kuin neuvoo, hän kulkee siel kumminkin mukana." O4/1

Ikääntyessä yksilöiden väliset erot suurenevat elämäkulun eri kerrosten ollessa ihmisesä läsnä. Eräs haastateltavista (H6/1) totesikin painokkaasti: "Meit on niin monenlaisia. Ihmiset on niin erilaisia". Ikä ja sairaudet tai sairauksien puuttuminen eivät sellaisenaan selittäneet elämässä mukana oloa. Ikääntyvien elämäkulut ja kulloisetkin elämäntilanteet tarpeineen olivat ainutlaatuisia määrittäen arjen hyvinvointia. Ainutlaatuisuus kohdataan vain kuuntelemalla ikääntyvää itseään.

8.2 Toimijuus kuin flammattua lankaa

Eräs haastateltavista oli taitava sukkieneuloja. Lanka oli ohutta ja neuleen kuviopinta taitavasti tehtyä. Elävyyttä pintaan toivat langan väri vaihtelut: "Tämmönen, turkulainen sanoo et flammattu" (H2/1). Sana tulee ruotsinkielestä ollen teonsanana (flamma): "leimuta", "loimuta", "leiskua", "roihuta", "liekehtiä" ja substantiivina (en flamma): "lieske", "liekki"²⁶. Tutkimuksen ikääntyvien toimijuus kietoutui kuvaannollisesti flammaksi elämänlangaksi, joka syntyy halusta tehdä itselle tärkeitä asioita ja tulla hyväksytyksi ja jonka liekki lepattaa voimavarojen mukaan. Toimijuus on säiettä, joka rakentuu yksilöllisesti holistisen ihmiskäsityksen organisaatiosta, tajunnallisuudesta ja situationaalisuudesta. Ikääntyvän sosiaalisuutta ei voi kohdata kohtaamatta samalla myös hänen sairauksiaan ja psyykkistä hyvinvointiaan.

Haastatteluaineistosta muodostui sisällönanalyysissä kahdeksan kotona omatoimisesti asuvan ikääntyvän toiminnan päämääräkategoriata: *kodin ylläpitäminen, itsestään huolehtiminen, juoksevien asioiden hoitaminen, fyysinen terveys ja hyvinvointi, psykososiaalinen hyvinvointi, luova toiminta, oma edunvalvonta ja päätöksentekoon vaikuttaminen*. Päämääräkattegoriat muodostuivat 21 tavoitekattegoriasta, jotka perustuivat ikääntyville itselleen tärkeään arjen toimintaan (modaliteettiin "haluta"). Toiminnan tavoite- ja päämääräkattegoriat sekä esimerkit kattegorioiden perustana olevasta toiminnasta on esitetty taulukossa 2.

²⁶ (Cantell, Ilse, Hietala, Anu, Hurri, Jenni, Månsus, Johanna & Sarantola, Anja 2007: Ruotsi - suomi suursanakirja. Svensk - finsk storordbok. Helsinki: WSOY.)

TAULUKKO 2. Kotona omatoimisesti asuvan ikääntyvän toiminta

Haluaa: kykenee / ei kykene tai osaa / ei osaa	Tavoite	Päämäärä
Siivota asuinhuoneitaan Hoitaa puutarhan Naulata tauluille koukut Ratkaista TV:n näkyvyysongelmat --	Kodin puhtaus ja järjestys Selviytyminen kodin huoltotöistä	KODIN YLLÄPITÄMINEN
Ostaa ruoka- ym. päivittäistavarat ja erikoistuotteet itselleen mieluisasta paikasta Asioida pankissa ja eri virastoissa Ymmärtää virallisen postin --	Kaupassakäynti Raha- ja paperiasioiden hoitaminen	JUOKSEVIEN ASIOIDEN HOITAMINEN
Valmistaa itselleen ruokaa Saada ruokailuunsa vaihtelua Käydä saunassa / peseytyä Huolehtia ulkonäöstään --	Säännöllinen ruokailu Oma puhtaus, itselleen mieluisen pukeutuminen ja kauneus	ITSESTÄÄN HUOLEHTIMINEN
Tehdä kävelylenkkejä Osallistua tuolijumppaan Hakea kuntoutusjaksolle Toteuttaa fysioterapeutin kuntoutusohjelmaa Ylläpitää terveyttään vitamiineilla ym. Käydä kylpylähoidoissa Käydä lääkärin vastaanotoilla Varmistaa turvallinen lääkejako --	Ulkoilu ja liikunta Kuntoutuminen Itsehoito Avunsaaminen terveydenhuoltopalveluista	FYYSINEN TERVEYS JA HYVINVOINTI
Osallistua eläkeläis- ym. ryhmien viikko-/kuukausikokouksiin Osallistua teatteri- ym. kulttuuriohjelmiin Osallistua seurakunnan kesäleireille Osallistua perhe- ym. juhliin Käydä tansseissa, leikkiä ja hassutella Tarjota vierailleen kahvit ja keskitykset Pitää huolta läheisistään ja ystävästään Saada vapaaehtoistyöntekijän (ystävän) Saada uusia ystäviä Toimia vapaaehtoistyöntekijänä (ystävänä / lähimmäisenä) Tarkkailla naapureiden ja lähiympäristön elämää Liikkua luottavaisesti ympäristössään --	Säännöllinen kerho- ym. toiminta Virkistys- ja vapaa-ajan ohjelma Ilon ja juhlan elämykset Vieraanvaraisuus ja huolenpito muista Luotettava ystävä Vapaaehtoistyö Jaettu sosiaalinen (kiinnittymisen ympäristöön)	PSYKOSIAALINEN HYVINVOINTI
Nikkaroida kodissaan ja pihapiirissään Laulaa kuorossa ja itsekseen Kirjoittaa runoja, kirjeitä, omaelämäkertaa --	Itsensä ilmaiseminen	LUOVA TOIMINTA
Lukea lehtiä, seurata radiota ja TV:tä Hakea tietoa senioritapahtumista Tasapainottaa taloudellista tilannettaan Hakea etuisuuksia ja palveluja Hakea itselleen avustajaa/ystävää/"oikeaa kättä" --	Saada tietoa Etuisuuksien, palvelujen ja tukitoimien saaminen	OMA EDUNVALVONTA
Kertoa ja arvioida kokemuksiaan vanhusten asemasta ja kohtelusta Kertoa ja arvioida kokemuksiaan vanhuspalveluista	Kokemuksistaan puhuminen	PÄÄTÖKSENTEKOON VAIKUTTAMINEN

Kodin ylläpitämiseksi ikääntyvän on huolehdittava paikkojen puhtaudesta ja järjestyksestä sekä selviydyttävä erilaisista kodin huoltotöistä. Toiminta on arkista siivoamista, ikkunoiden pesua, mattojen ja kodin tekstiilien pyykkäystä sekä kodin rakentamista viihtyisäksi kukilla, rakkailla esineillä, tauluilla ja verhoilla. Silloin tällöin on vaihdettava hehkulamppu, naulattava seinälle taulunkoukku, korjattava jotakin rikkimennyttä tai keksittävä, miksi television ruutu pimeni. Niiden, joilla on pihamaata tai puutarhaa, on kitkettävä, leikattava nurmikko ja talvella luotava lunta. Pitkä elämä näkyy komeroiden tavaramäärissä. Kaapit on järjestettävä - tulee myös aika, jolloin haluaa päästä eroon turhasta tavarasta.

Juoksevien asioiden hoitaminen on toistuvaa ja välttämätöntä kaupassakäyntiä sekä raha- ja paperiasioiden hoitamista. Asioilla käynti pakottaa ikääntyvän liikkeelle. Ruoka- ja päivittäistavaroiden lisäksi tarvitaan uusia vaatteita ja kaikenlaista muuta välttämätöntä. Pankki- ja erilaisia virastoasiointeja on tehtävä, vaikka laskut hoituisivatkin suoraletoituksena. Ikääntyvä haluaa hoitaa raha-asioitaan tunnollisesti ja viisaasti sekä ymmärtää virallista tekstiä ja puhuttua virastokieltä. Asioinneilla on omat paikkansa. Ostosten laatu ja hinta määrittävät askelten suunnan.

Säännöllinen ruokailu sekä omasta puhtaudesta, pukeutumisesta ja kauneudesta välittäminen ovat *itsestään huolehtimista*. Suihkussa ja saunassa käymisen lisäksi ikääntyvä käy parturilla tai kampaajalla, jalkahoitajalla ja kauneushoitolassa. Ulkonäkö viestittää omasta tyylistä pukeutua, käyttää koruja, ehottaa kasvoja sekä lakata kynnet. Arkisena toimintana itsestä huolehtiminen on viitseliäisyyttä valmistaa ruokaa, vaihdella ruokalajeja tai hakea vaihtelua eri ruokailupaikoista. Arkea on myös pestä, kuivata ja silittää vaatepyykinä.

Suklaa on viettelys, jota sokeritasapainon vuoksi on varottava, mutta hedelmät ja vihanekset ovat vitamiineineen arvokkaita: terveystieteiden tutkimukset on tavoittanut myös ikääntyvän. *Fyysisen terveyden ja hyvinvoinnin ylläpitämiseksi* hän ymmärtää hyötyliikunnan merkityksen, ulkoilee, lenkkeilee, käy kuntosalilla sekä osallistuu ohjattuun liikuntaan ja tuolijumppaan, arvostaa kuntoutusta, toteuttaa itsehoitoa ja turvautuu terveydenhuoltopalveluihin. Itsehoito kattaa vitamiinit, hivenaineet ja homeopaattiset tuotteet, kivunlievitykset voiteilla ja öljyillä, kylpylähoidot, hieronnat sekä omaehtoiset käynnit fysioterapeutilla tai jalkojenhoitajalla. Merkittäviä ovat kansanviisautteen perustuvat tai

tuttujen hyväksi havaitsemat parannuskeinot. Lääkärissäkäynnit kohdentuvat yksityisiin ja julkisiin palveluihin. Sairaalahoidoissa on oltu sekä turvauduttu runsaasti terveydenhuollon eri ammattihenkilöiden hoitoon ja apuun. Terveystilaa seurataan säännöllisin laboratorionäyttein.

Psykososiaalisen hyvinvoinnin perustana ovat aktiivinen osallistuminen kerho- ym. toimintaan sekä virkistys- ja vapaa-ajanohjelmaan, ilon ja juhlan elämykset, mahdollisuudet osoittaa vieraanvaraisuutta ja huolenpitoa muista, luotettava ystävä, toimiminen vapaaehtoisena ystäväenä ja lähimmäisenä muille sekä kiinnittyminen luottavaisin mielin ympäristöönsä. Tämä kiinnittyminen on naapureiden ja ympäristön tarkkailua, tunnetta paikan sisällä olemisesta, jaetusta sosiaalisesta, jossa naapuruston elämä ärsyttää, kiinnostaa tai antaa ihailun- ja huolenaiheita. Ympäristöön kiinnittyminen on myös liikkumista ympäristössä turvallisista mielin.

Eläkeläisryhmät ja -kerhot, luokkakokoukset, seurakunnan tilaisuudet ja opintopiirit kokoontuvat viikoittain tai kuukausittain. Moni on mukana useassa eri ryhmässä, toisille riittää yksi oma porukka. Niille, jotka eivät toimintakykynsä vuoksi pääse kokoontumisiin, oman porukan yhteydenotto tai vapaaehtoinen ystävä on avain ulkomaailmaan. Virkistystä haetaan matkoilta, laivaristeilyiltä, retkiltä, teatterista, konserteista sekä TV:n ohjelmatarjonnasta. Joillekin virkistys rajoittuu palvelukeskusten toimintaan ja usealle virkistyslähde on vapaaehtoinen ystävä. Kesällä halutaan luonnon ääreen ja osallistutaan mielellään kesäleireille. Iloa ja juhlaa saadaan syntymäpäivistä, hää- ja kastejuhlista, joulun ym. vuotuisista juhlista, tansseista sekä yhdessäolosta leikkien, laulaen, hassutellen ja unelmoiden. Iloa tuottavat itsepoimitut mustikat, lapsuuden muistojen ryynimakkara tai Paula Koivuniemen ihailu ja hänen konserteissaan käynti.

Huolenpito muista ei rajaudu vain läheisiin ihmissuhteisiin. Ikääntyvä pitää huolta piha- piirin linnuista ja oravista; niille puhutaan ja niille annetaan kutsumanimet. Vieraanvaraisuus on osa sosiaalista kanssakäymistä: haastattelijana sain kuplivaa porejuomaa (ki- vennäisvettä), metsämansikkamehua, kahvia, monenlaisia leivonnaisia ja parhaimpia Tannisen pipareita, joita myydään nimenomaan Turun torilla, paikassa, jolla on tunne- merkitystä ja jossa on koko elämän ajan käyty. Huolenpito on vastavuoroista, johon kuuluvat myös lasten ja lastenlasten puhelinsoiton odottelu sekä luotettavan ystävä- n kaipuu. Kaikkien kanssa ei voi puhua kaikista asioista. Oman ystävä- n löytäminen edel-

lyttää sosiaalisten suhteiden syventämistä sekä kontaktien ottamista vieraisiin ihmisiin. Jollekin ikääntyvälle vapaaehtoinen lähimmäistoiminta tuottaa psykososiaalista hyvinvointia.

Luova toiminta on itsensä ilmaisua kirjoittamalla, laulamalla, leipomalla, neule-, puu-, metalli- ja puutarhatöillä, askartelemalla, lukemalla tai kuuntelemalla musiikkia. Luovaa ongelmanratkaisua on myös ristisanatehtävien ratkominen. Luova toiminta tapahtuu yksikseen, mutta on sosiaalista toimintaa, kun ikääntyvä laulaa kuorossa tai kun itsekirjoitettu runo, itsehty kortti tai neule- tai puutyö päätyy läheiselle lahjaksi. Kirjoittaminen on runoilun lisäksi päiväkirjan pitämistä, omaelämäkerran kirjoittamista ja kirjeenvaihtoa. Kirjoittamalla vaalitaan ystävyysuhteita läpi vuosikymmenien: "Mulla on yks kirjeenvaihtoveri kansakoulust asti ollu - - yli 70 vuotta", kertoi eräs haastateltavista (H2/2). Itsensä ilmaiseminen lisää psykososiaalista hyvinvointia, mutta tärkeydessään, ja ikääntyvien osalta usein unohdettuna, se ansaitsee sisällönanalyysissä oman tavoite- ja päämääräkategoriansa.

Oma edunvalvonta edellyttää tiedon saamista ja tavoittelee arkea helpottavien etuisuuksien, palvelujen sekä tukitoimien saamista. Ikääntyvä saa tietoa lehdistä, radiosta, TV:n uutisista, asia- ja ajankohtaisohjelmista, mainoslehtisistä, vanhusten tuki- ja kohtaamispaikka Poijusta sekä senioritapahtumista ja teematilaisuuksista. Paljon on tietoa, joka elää sosiaalisissa verkostoissa ja vertaissuhteissa: "sellaista puhutaan", "yks rouva kertoi", "kuulemma" asia on niin tai "taksikuski" tietää, että "teille kuuluu kuljetuspalvelu". Tieto auttaa pitämään puolia, hakemaan muutosta viranhaltijapäätökseen sekä järjestämään elämää turvallisemmaksi ja sujuvammaksi.

Ikääntyvä puhuu paljon omista ja muiden kokemuksista, jotka liittyvät ikääntyvien asemaan ja kohteluun sekä vanhuspalvelujen laatuun ja riittävyteen. Puhe on terävää havainnointia ja kritiikkiä, *päätöksentekoon vaikuttamista*, mikä jää päätöksentekijöiltä näkymättömäksi viisaudeksi. Taustalla ovat monet sairaudet, toiminnan vaikeutuminen sekä pyrkimykset saada itselleen hoitoa, apua ja tukea. Moitteiden rinnalla on myös kiitosta sekä kokemuksesta kumpuavaa näkemystä siitä, kuinka ikääntyvien omaehtoista toimijuutta tukevaa sosiaalista todellisuutta voitaisiin rakentaa.

8.3 Valintoja ja kompensointia

Haastatteluaineiston ikääntyvät kuin huomaamatta tekivät valintoja, joihin aikaisemmin ehkä suhtautuivat varauksellisesti tai jopa häpeillen. Tällainen itse päätetty valintojen tekeminen auttaa selviytymään ja säilyttämään hyvän mielen (Andersson 2007, 81). Oma auto muuttuu linja-autoksi, linja-auto palvelulinjaksi ja palvelulinja taksiksi. Kauppakassi korvautuu vetolaukulla ja askeleet hakevat tukea kävelykepeistä tai rollaattorista. Kaupat, asiointipaikat ja virkistystapahtumat valikoituvat liikkumisen ja tuttuuden ehdoilla. Pienen kodin pölynimurointi jaksotetaan useammalle päivälle, satiini- ja kreppilakanat vähentävät silittämistä sekä mankelointia ja yhden hengen ruoanvalmistusta helpottavat valmisruoat tai pienen annosmäärän resepteihin ja valmistukseen liittyvä kekseliäisyys. Joskus roskapussin ulosvienti vaatii näppäryyttä:

" - - ja sit mä otan aina roskapussin mukaan ja heitän sen sinne kaupan [samassa pihapiirissä] roskeen. Meilläkin pääsee tonne alakertaan, hissillä pääsee ihan alakertaan, ja nyt viimeinen remontti ko oli, niin siäl on palo-ovi, nyt oli laitettu toinen palo-ovi, et ne on näin rinnakkain, ei ne rinnakkaisi ol, pikkunen välikkö. Se on niin painava, et mä en tahdo saada sitä auki ja mä ajattelen, et jos mä saan sen auki ja pääsen siihen välikköön, enkä mä saa kumpaakaan ovea auki, enkä mä pääse pois. Mä en tykkää käydä siällä ollenkaan. En mä mene sinne roskeen vie-mään. Mä vien kaupalle vaan. Tämmössii kaikkii jännittäviä asioi täs on (nau-
raa)." (H3/1)

Arjen hallittavuus vaatii sopeutumista ja kypsymistä myös suurempiin elämänmuutoksiin. Puolison kuolema pakottaa miehen naistentöihin ja aikaisemmin niin tärkeiltä tunteet harrastukset menettävät merkityksensä ja muotoutuvat uudelleen. Esimerkkeinä perunankasvatus tai metsälläkäynti, joka vaihtuu kotipiiriin lintujen ja oravien katseluun ja ruokintaan, tai ulkomailla matkustelu, joka korvautuu kotikaupungin kulttuuritarjonnalla.

"Joo paljon määki tykkään tuola ulkona, en mä näist sisähommist, se on niinko naisten työtä ollu, koko ajan ko määkin naimisis olin 48 vuotta. Hän totanoi ko lähti [kuoli], on simmonen, et se naisel se ruuanlaitto, kuuluu naisel. Kyl äijätkin tekee, en mä sitä sano, ja määkin teen sitä sen verran ko mä teen. Kyl mää henkis ainakin pysyny olen - - ." (H3/1)

" - - meil on tuttavat linnut ja oravat, kaikil on omat nimet, on Jalmarit ja Ellat ja - - ." (O4/1)

"Huomenna mennään sitten teatteriin - - me ollaan niin paljon matkustettu aikaisemmin - - ei enää niin kauheesti kiinnostaa, sen tietää mitä se on. Se on kyl kumma, kun kaikki lakkaa kiinnostamasta jollakin tavalla. Loppujen lopuksi tietää, et kaikki on samantapaista - - . No nyt rupee tulemaan see, et joutuu ajatte-

lemaan, mihin jaksaa mennä. Aina se tulee se määränpää. - - . Sopeutuu mahdollisuuksiin ja hyvään siinä." (H6 /1)

Ikääntyvä säätelee olosuhteitaan ja ympäristöään omaehtoisen selviytymisen parantamiseksi. Koti voimavaraistaa, mutta aikuisiän tarpeisiin suunniteltuna se ei välttämättä tue ikääntyvän ihmisen toimijuutta. Kaikki yksilöhaastatteluihin osallistuneet olivat tavalla tai toisella arvioineet asumisensa tarkoituksenmukaisuutta ja olivat myös tehneet asumiseensa liittyviä valintoja tai kypsyttelivät parhaillaan muutoksen tekemistä.

" - - oli niin ko pakko lähteä. Emmä jaksanu kerta kaikkiaan [lykätä lunta] ja en mä voinu, ku mul on pumppuvika kans." (H4/1)

Koti oli muutettu lähemmäksi palveluita tai lähemmäksi sukulaisia ja tuttuja. Valinnoilla kompensoitiin toimintakyvyn vajeita, varauduttiin tulevaisuuteen sekä lisättiin turvallisuuden tunnetta.

8.4 Toiminta palkitsee tai ei suju

Ikääntyvillä on taitoja käsitellä omaa elämäänsä koskevia kriisi- ja muutostilanteita sekä tehdä elämäänsä koskevia ratkaisuja. Valintoja tehdään yksilöllisten sisäisten ja ulkoisten voimavarojen ristiaallokossa. Haastatteluaineistossa tärkeimmäksi ikääntyvää voimavaraistavaksi tekijäksi nousi arjen toiminta. Hyvinvoinnin keskiössä on toimijuuden modaaliteetti "haluaminen", johon kietoutuvat ikääntyvän tavoitteiden asettaminen ja saavuttaminen, itsemäärääminen ja omanarvontunne sekä elämän tarkoituksellisuus, mielekkyys ja ilo. Toimiessaan yksilö toteuttaa itselleen tärkeitä asioita.

Sinnikkyydellä, välillä leväten, syntyy lapsenlapsenlapsen yksivuotissyntymäpäiville viemisiksi 150 karjalanpiirakkaa, joista riittää makupaloja haastattelijallekin. Toiminta on ihmisen olomuoto, joka monelle ikääntyvälle merkitsee omakotitaloasumista kaikkine tontin ja talon kunnossapitotöineen sekä vapauksineen mennä halunsa mukaan ulos ja sisälle. Vuodenaikojen vaihtelu pakottaa tarttumaan kastelukannuun, lehtiharavaan, lumilapioon ja pensassaksiin. Rakentaminen ja korjaaminen eivät kysy ikää eikä kuntoisuutta, kun sellaiseen on ikänsä tottunut.

"Sit vähän karjalanpiirakoi. Mä olen itte paistannu. - - ei vissi väsy, kun on kivaa." (H2/3)

" - - me asuttiin kerrostaloss [nuorena aikuisena, nyt omakotitalossa]. Kyl mää niin paljon kärsisin. Tyä särki hartioi, ja ei saanu tehdä mittä." (H1/1)

" [kerrostaloon muuttamisesta] Ei siit tul mittää, kerta kaikkiaan ei siit tul mittä, ei siit tul mittä." (H4/2)

Toiminta antaa elämälle aikataulun rytmittäen päivän, viikon ja kuukauden. Rytmii ja rutiinit tuovat sisältöä elämään sekä tyytyväisyyttä osaamisesta. Tiettyinä viikon ja kuukauden päivinä asioidaan sekä kokoonnutaan kerhoihin ja erilaisiin virkistystapaamisiin. Toiminta ylläpitää ihmissuhteita, yhteenkuuluvuutta ympäristöönsä, auttaa unohtamaan ikävät asiat sekä ylläpitää jaksamista hyvän odotuksineen. Tekemisestä selviytyminen tuottaa ylpeyttä ja lopputulos iloa. Joskus kyse on itsensä voittamisesta ja oman toimintakykynsä vertaamisesta ikäisiinsä tai taitojensa jakamisesta nuoremmille. Voimavarais-tavaa on huomata oma selviytymisensä ja osaamisensa muita paremmaksi.

"Mialummin mä lähden tommoseen [jumppaan] mis on vähän rivakkaampaa touhuu. Emmä tykkä semmosest nahjustelust." (H1/1)

"En mää tota lentoakaan ota miksikään, se kuustuntii sinne [Etelän kesään] ei se sen kummempaa ole. Kaikki ihmiset on ihan ystävällisii siäl. No ko ne näkee mut, mitä ikää on [90-vuotias], jestas ko ne on niin huolissaan ja ihmeissään, et ei tarvikkaan vahtii sitä." (H5/1)

O3/1: "Tää mun vanhus on kauhean kova käsityöntekijä ja hän vieläkin tekee ja opetti mullekin tossujen tekoa. Mä kudoin palasen ja hän opetti, miten ne yhdistetään. Kaikkee semmosta."

O1/1: "Hän tuntee itsensä tärkeäksi. Kui hieno asia se on, et hän viäl ossa."

O3/1: "Mä otan seuraaval kerral lankaa mukkan ja hän opettaa mul lapinkuvion tossuun. Meil menee kolme neljä tuntii aina niin nopeasti."

Onnistunut toiminta rohkaisee, lisää arjen hallittavuutta sekä kasvattaa ikääntyvän voimavaroja selviytyä pettymyksistä ja vaikeista tilanteista. Vastaavasti, kun voimavarat eivät riitä toiminnan kannalta tärkeisiin valintoihin tai ympäristöolosuhteet eivät ole suotuisat, ikääntyvän elämään tulee epäonnistumisia, eristäytymistä ja luopumista, joilla on kumuloiva vaikutus. (esim. Tornstam 2005, 170 – 174.) Elämä takkuu, kuten eräs haastateltavista asian ilmaisi. Ilon rinnalle tulevat pettymyksen ja tyhmyyden tunteet sekä epävarmuus arjen kannalta tärkeiden asioiden, kuten raha- ja paperiasioiden hallinnasta.

" - - mää olen ihan tyytyväinen kyllä, joskus vähän harmittaa joku asia, mutta se on niin vähän aikaa. - - kun ei mikään oikein luista sillai. Mä en tykkää ku tääl on likasta ja tiedän itte, et tääl on pölyn haju oikein, ja en mä oikein pysty itte tekemään mittää. Nyt viime sunnuntai sammui televisio. En mä sitä paljon kato mutta oli se nyt, formulat mun täytyy aina katsoa - - tuntee ittes niin tyhmäksi - - ." (H3/1)

"Ja mä olen semmonen, et mun täytyy joka paikkaan mennä, vaikka nyt on rajoitettu kylläkin - - . Mää olen kaikesta jääny pois - -. Ihan ensiks tuntui ihan hirveelt, mutta en mä tiädä, siihen tottuu sit kans kun ei." (H3/1)

"Ei mul pitäis olla mitään semmosii raha-asioi, mutta kun ei koskaan tiedä. Yks kaks voi tulla joku tiedote, et nyt alotetaan joku simmonen ja tämmönen ja sitten mä en edes tiedä." (H3/1)

Tunteet heijastavat haluamisen ja toiminnan tuloksen suhdetta. Kertoessaan arkensa sisällöstä ikääntyvät ilmaisevat moninaisia tunteitaan, jotka mielihyvän tai -pahan sävyisinä kiinnittyvät yksittäisiin tekoihin tai laajempiin toimintakokonaisuuksiin. Erittelemällä haastatteluaineiston tunneilmaisuja syntyy toiminnan erittely, jonka kategoriat kuvaavat palkitsevan ja sujumattoman toiminnan yksilön voimavaraistumisen kannalta tärkeitä piirteitä. Palkitseva toiminta on toimintaa, joka tekee "voimisen" mahdolliseksi, kun taas sujumaton toiminta "pakottaa" (modaliteetti "täytyä") ikääntyvän tyytymään toteutumattoman tavoitteen ristiriitatilanteeseen.

TAULUKKO 3. Kotona omatoimisesti asuvan ikääntyvän palkitsevan ja sujumattoman toiminnan voimavaraistavat merkitykset

Toiminta haluaa - tunne: osaa, kykenee / mielihyvä ei osaa tai ei kykene / mielihyvä	Palkitseva toiminta voida	Sujumaton toiminta pakko
Ikääntyvää voimavaraistava merkitys		
Kodin ylläpitäminen	- rentouttaa ikävistä asioista	- vihastuttaa, kun asiat eivät suju
Itsestään huolehtiminen	- virkistää, antaa vaihtelua ja iloa	- vahvistaa tunnetta yksinjäämisestä, hylätyksi tulemisesta ja syrjäytymisestä
Juoksevien asioiden hoitaminen	- antaa tunnetta hyväksytyksi tulemisesta ja yhteenkuuluvuudesta	- lisää tyhmyyden, arvottomuuden ja selviytymättömyyden tunnetta
Fyysinen hyvinvointi	- tuottaa huolenpitoa, mielihyvää ja onnistumista	- vahvistaa kyvyttömyyttä tehdä muutoksia elämässä, ratkaista ongelmia sekä solmia uusia tuttavuus- ja ystäväsuhteita
Psykososiaalinen hyvinvointi	- vahvistaa omanarvontunnetta ja itsemääräämisoikeutta	- lisää turvattomuutta, huolestu- neisuutta sekä tunnetta, että kaikki ei ole kohdallaan
Luova toiminta	- kannustaa, rohkaisee ja tukee selviytymistä	
Oma edunvalvonta		
Päätöksentekoon vaikuttaminen	- lisää elämän tarkoituksellisuutta ja mielekkyyttä	

Ikääntyvän omaehtoisen selviytymisen kannalta on merkityksellistä, kumman kategorian sisällöistä hänen päivittäinen toimintansa pääsääntöisesti täyttyy. Tutkimusaineiston analysoinnissa toiminnan tarkastelu vastinpareina: "palkitseva - sujumaton" avasi vastausta kysymykselle, millainen ympäristö voimavaraistaa ikääntyvän toimijuutta.

9 TOIMIJUUTTA VOIMAVARAISTAVA YMPÄRISTÖ

Ikääntyvän toiminta tapahtuu aina jossakin ympäristössä. Tämä ympäristö kulkee rinnalla tai kääntää selkensä, se saa toimintaa symbolisoivan flammatus langan värilois-
toonsa tai antaa vain sen verran valoa, että värit juuri ja juuri näkyvät. Arjen toiminta
itsessään voimavaraistaa ja tuottaa hyvinvoivaa vanhenemista, siksi ympäristötekijöiden
tulee olla ikääntyvän toimijuuden kannalta parhaat mahdolliset. Ikääntyvien palkitsevan
ja sujumattoman toiminnan ympäristötekijöiden keskinäisessä vertailussa erottautuivat
toisistaan yksilöä sisäisesti voimavaraistavat ympäristötekijät sekä voimavaraistava,
ulkoinen ympäristö resurssina (taulukko 4). Edelliset ovat pitkälti jälkimmäisten laatu-
tutkijoita ja haastatteluaineiston perusteella olennaisen tärkeitä ikääntyvän omaehtoi-
sen toimijuuden tukemisessa. Ikääntyvän toiminnan monimuotoisuudesta seuraa moni-
muotoiset ympäristösuhteet. Ne liittyivät tutkimusaineistossa *liikkumiseen, asumiseen,*
palveluihin, psykososiaaliseen osallisuuteen ja itsensä toteutukseen, vapaaehtoiseen
toimintaan, ennakoivaan tukeen, ikääntyvän äänen kuuluville saamiseen sekä tiedotta-
miseen.

TAULUKKO 4. Kotona omatoimisesti asuvan ikääntyvän toimijuutta voimavaraistava ympäristö

Toiminta haluaa - tunne: osaa, kykenee / mielihyvä ei osaa tai ei kykene / mielipaha	Sisäisesti voimavaraistava ympäristö voida	Voimavaraistava ympäristö resurssina voida
Kodin ylläpitäminen Itsestään huolehtiminen Juoksevien asioiden hoitaminen Fyysinen hyvinvointi Psykososiaalinen hyvinvointi Luova toiminta Oma edunvalvonta Päätöksentekoon vaikuttaminen	Kohtelee hyvin <ul style="list-style-type: none"> - kohtaa ikääntyvän yksilönä - on oikeudenmukainen - arvostaa - kuuntelee - ei holhoa Huolehtii <ul style="list-style-type: none"> - osoittaa kiinnostusta; kysyy kuulumisia, vointia ja selviytymistä - myötäelää - tarjoaa apua - kulkee rinnalla Aktivoi <ul style="list-style-type: none"> - kannustaa, rohkaisee - antaa virikkeitä, mielihyvää ja elämyksiä - tukee vuorovaikutusta sekä sosiaalisia suhteita - tukee arjen rutiineja On ominaisuuksiltaan <ul style="list-style-type: none"> - kiva, iloinen ja ystävällinen - tuttu, luotettava ja turvallinen - joustava Puolustaa oikeuksia <ul style="list-style-type: none"> - on ikääntyvän puolella - tukee oikeuksien puolustamisessa Tukee ratkaisunsa <ul style="list-style-type: none"> - antaa tietoa - ohjaa ja neuvoo - tukee muutostilanteissa 	LIKKUMINEN <ul style="list-style-type: none"> - mahdollistaa ikääntyvän liikkumisen: esteettömyys, joukkoliikenne, kuljetuspalvelut ASUMINEN <ul style="list-style-type: none"> - tarjoaa omaehtoista selviytymistä ja toimintaa tukevia asumisratkaisuja: turvallisuus, palvelujen saavutettavuus, asukkaiden keskinäinen vuorovaikutus PALVELUT <ul style="list-style-type: none"> - tarjoaa helposti tavoitettavissa olevia kodin ylläpitämisen, itsestään huolehtimisen, juoksevien asioiden hoitamisen sekä fyysisen terveyden, kuntoutumisen ja hyvinvoinnin palveluja - tarjoaa keskusteluapua sekä avustaja-, remontti-/talonmies- ja arkielämän asianajopalveluja PSYKOSOSIAALINEN OSALLISUUS JA ITSENSÄ TOTEUTUS <ul style="list-style-type: none"> - tarjoaa vaihtoehtoja sosiaaliselle kanssakäymiselle, vertaistuelle, luovaan toimintaan ja virkistykseen kaikkina vuodenaikoina: ohjaaja, tilat ja liikkuminen - kehittää työtapoja kohdata yksinäiset ja hiljaiset VAPAAEHTOINEN TOIMINTA <ul style="list-style-type: none"> - tukee ja kehittää vapaaehtoista ystävä- ja lähimmäistoimintaa: toiminnan organisointi ja vapaaehtoisten tukeminen ENNAKOIVA TUKI <ul style="list-style-type: none"> - kehittää ennakoivia toimintatapojaan - turvaa vähävaraisten ikääntyvien mahdollisuudet voimavaraistavaan toimintaan ÄÄNI KUULUVILLE <ul style="list-style-type: none"> - puolustaa ikääntyvien oikeuksia - aktivoi ikääntyviä ilmaisemaan mielipiteitään sekä osallistumaan päätöksentekoon - kanavoi ikääntyvien palautteet ja toiveet näkyviksi - edistää ikääntyviin kohdistuvaa arvostusta sekä voimavaraistavaa asennoitumista ja palvelukulttuuria TIEDOTTAMINEN <ul style="list-style-type: none"> - antaa avoimesti tietoa ikääntyvien oikeuksista, tarjolla olevista palveluista, etuisuuksista ja erilaisista toiminnan mahdollisuuksista

9.1 Voimavaraistavat tunteet

Tutkimuksen ikääntyvät puhuivat paljon kohtelustaan erilaisissa palvelutilanteissa sekä erilaisten tilanteiden ilmapiiristä. Ikääntyvät myös kuvasivat adjektiiveilla heitä palveluita henkilöitä tai henkilöitä, joiden kanssa olivat olleet tekemisissä.

"Siel oli yks oikein mukava - -, hän vetää siällä semmosta [omaelämäker-ta]piirii. Hän sanoi mulle, et nyt ruvetaan kirjottamaan, ku hän huomaa, etten mä saanu mitään alkuun, vaik kyl hän sen tietää - - et mää pystyn, mut ei tullu alotet-tuu." (H5/1)

"Myyjät on niin kauhean ystävällisiä, ja ne myyjät tuns mun, vaik mä olin ollut poissa. Ensimmäinen myyjä, jolta menin kysymään [ruoista] - - ja mä sanoi et mä otan tota, hän sanoi et ahaa, vaik ennen te otitte vallan näitä. Munst tuntus sekin niin kauhean kivalta." (H3/1)

"Joo hän oli (vapaaehtoinen ystävä) semmonen, täytyy sanoa, et mun oikea käsi, mut ei hän sit kerkii enää. Semmosen ko mä jostain löytäisin." (H3/1)

" - - ne oli siäl palvelukeskuksessakin niin kauhean ystävällisii. Ku mä menin sinne ensmäistä kertaa, mä jäin sinne ovensuuhun vaan kättelemään, ja sit siält tuli joku ja kysys, oletteko tulossa syömään. Juu ja vei mut pöytään ja sanos, et mää tuon teille ruoan sinne." (H3/2)

" - - hän [palveluohjaaja] on mulle niin ystävällinen ja juttelevainen." (H5/1)

"Kaikki [laskut] menee pankkiin ja pankis on niin kiva rouva." (H5/2)

" Tämmönen meikäläisen ikäinen ei miälelläs mene, jos tapahtuu kaupungil jottai tommost [kadulla oli tapahtunut tappelu]." (H1/2)

Merkitystä oli sillä, kuinka paljon ympäristö huolehtii ikääntyvän voinnista, aktivoi, pitää ikääntyvän puolia sekä tukee ongelmanratkaisuisissa ja muutostilanteissa. Ikääntyvän ympäristö muodostuu erilaisien asiointipaikkojen palvelukulttuurista sekä ammatillisista auttamissuhteista. Tunteet ovat mukana kaikessa toiminnassa välittyen seuraavien alalukujen voimavaraistavista ympäristötekijöistä. Ratkaisevaa on sosiaalisen vuorovaikutuksen taso. Vuorovaikutus voi jäädä esimerkiksi pelkäksi eri osapuolten tilanteessa oloksi, tunteeksi siitä, että vuorovaikutusta ei synny tai vuorovaikutus voi muotoutua sosiaalisesti valtasuhteeksi. (Mönkkönen 2007, 110 – 114.)

" - - jätin sen anomuksen [kuntoutukseen] ja nyt ei siitä ole mitään kuulunut. Mä soitin sinne ja kysysin: ei he tiädä onks semmosta anomusta tullukka. Se kysys, koska mä olen ollut, sanoin et viime vuanna, - - "meillä on paljon hakijoita". Hän oli oikein epäystävällinen. Sit hän sanos, et ei ainaka tänä vuanna pääse. Mä sanosin, et onks se anomus sit siäl sisäl, et se on niin ko voimas. "On se, jos se on kerran tänne tullu." - - mun miälest se olis ollu hyvä, et he olis ilmottanu, ettei

pääse tänä vuonna, ko mä olen odottanut ja odottanut ja lopultas mä ajattelin et mä kysyn." (H2/2)

"Mut ku mua niin paljon harmitti [viranhaltijan kielteinen suhtautuminen], et mä ajattelin, mitä mä nyt teen." (H2/1)

"- - sai odottaa [sairaalan päivystyksessä] eikä kukaan tullu koskaan kysymään mittää. Ja oli se vähän outoa. Mä olen jälkeenpäin ihmetelly." (H5/1)

"Tavaratalossa ei yhtään ollut myymälässä myyjää, muuta kuin kassassa, valta- van suuret ne kerrokset [olisi kysynyt neuvoa]." (H5/2)

Antti Särkelä (2001) toteaa, että asiakas luo käsityksensä palvelusta kolmessa sekunnissa. Suhde kestää jatkossa virheitäkin, jos ensikontakti hoidetaan hyvin. Hyvä auttamissuhde syntyy työntekijän ja asiakkaan keskinäisestä luottamuksesta sekä siitä, että ilmapiiiri on asiakasta kunnioittava ja hyväksyvä. Onnistuessaan vuorovaikutussuhde itsessään on voimavaraistava interventio. (Särkelä 2001, 68 – 71.)

Myönteinen voimavaraistava tunne liittyy hyvään kohteluun ja yksilön kuulemiseen, jollaista sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista annetulla lailla (812/2000) tavoitellaan (FINLEX). Kohtelun ytimessä ovat sosiaalityön arvojen ja eettisten periaatteiden kanssa yhteneväiset: ihmisyyden, inhimillisyyden ja ihmisarvon (Raivio 2002, 174).

9.2 Liikkuminen

Voimavaraistava ympäristö turvaa ikääntyvän esteettömän liikkumisen sekä omaehtoisesta liikkumisesta ikääntyvien tarpeita vastaavilla joukkoliikenne- ja kuljetuspalveluilla. Kaiken arjen toiminnan lähtökohtana on ikääntyvän liikkuminen. Ikääntyvä kompensoi toimintakykynsä vajeita vähentämällä menojaan; vaarana on paikoilleen jääminen, jolloin hän eristäytyy ympäristön sosiaalisista suhteista.

"Se mun kaikkein eniten surettaaki, kun järki pelais, mut jollei pääse kauan kul- kema (liikuttuu selvästi)." (H2/1)

Haastatteluaineiston ikääntyvien liikkuminen oli talvella pimeyden ja katujen liikkau- den vuoksi muita vuodenaikoja hankalampaa, tosin kesän mahdollisista helteistä seurasi liikkumista haittaavia terveydellisiä vaikeuksia. Liikkumista vaikeuttivat rakennusten raskaat ovet, porrasaskelmat, katujen epätasaisuudet ja maaston mäkisyys. Tutkimusai- neistossa helpointa oli ikääntyvillä, jotka vielä ajoivat omaa autoa tai käyttivät julkista

joukkoliikennettä hyväkseen. Hankalinta oli heillä, jotka joutuivat turvautumaan taksiin, mutta jotka kuntoisuutensa tai varallisuutensa vuoksi eivät saaneet julkisia kuljetuspalveluja - ollen kuitenkin taloudellisesti niin tiukoilla, että joutuivat rajoittamaan menemiään.

Liikkumisen vaikeudet asettivat ikääntyvän erikoiseen tilanteeseen: kotoa lyhyen kävelymatkan päässä oleva palvelukeskus oli jaksamisen kannalta liian kaukana, mutta kun palvelulinjan pysäkki oli lähellä kotia, bussilla pääsi kauempana kotoa olevaan virkistyspaikkaan. Tilanne pakotti reitittämään menot harvakseltaan, ja vain päiväaikaan kulkevan palveluauton aikataulun ja sen kulkureitin mukaan. Hyvää tarkoittavalla palvelumuodolla oli käännteinen puolensa. Se rajoitti ja määritteli ikääntyvän suhteet ympäristöönsä. Vaikeuksia oli kulkea omaan terveyskeskukseen ja asiointipaikkoihin, lisäksi jokainen sosiaalinen kanssakäyminen edellytti matkan huolellista suunnittelua. Pahimmassa tapauksessa palvelulinja tai joukkoliikenteen bussi ei kulkenut läheltä kotia, ja liikkuminen ulkomaailmaan rajoittui vain välttämättömiin asiointimatkoihin.

9.3 Asuminen

Voimavaraistava ympäristö tarjoaa erilaisia selviytymistä tukevia asumisratkaisuja, joissa tärkeitä ovat turvallisuus, arjen palvelujen saavutettavuus sekä rakenteet, jotka tukevat asukkaiden keskinäistä vuorovaikutusta.

"Kyllä se niin on, et kaikkea tarvitaan, kaikkia [asumisen] malleja tarvitaan. - - . Meit on niin monenlaisia. Ihmiset on niin erilaisia." (H6/1)

Asumisen ratkaisut vaikuttivat liikkumiseen, mutta myös laajemmin omaehtoisen toiminnan mahdollisuuksiin. Haastatteluaineiston ikääntyvistä joku halusi keskustasumista lähelle palveluja ja hyvinvoinnin menopaikkoja, toinen halusi turvallisia ja luontoläheisiä ulkoilumahdollisuuksia, joku toinen arvosti palvelutaloasumista ja joku taas ei halunnut muuttaa omakotitalostaan minnekään. Ratkaisevina tekijöinä olivat ikääntyvän taloudellinen tilanne, hänen toimintakykynsä, sosiaaliset verkostonsa sekä juurensa. Asumisen tuli mahdollistaa yksilölliset mieltymykset: sai halutessaan olla rauhassa tai soittaa musiikkia niin kovaa kuin halusi.

"Kyl mä olin yksin jouluna, kyl he [lähiomaiset] pyysi, mut mä halusin olla kotona ja kattoo televisiota. Semmost hälinää, emmä tykkää, katsoo televisiota ja omaa rauhaa." (H2/1)

"Kyl mun varmaan sit tarttis mennä jonnekin [muuttaa palveluasuntoon](hiljaisella äänellä). - - mut ku mä tykkään sit kuunnella musiikkia niin et koko huane raikuu. Ei siäl voi." (H3/2)

Asumismuodosta riippumatta tärkeää oli sisäisesti voimavaraistava turvallisuus. Turvallisuudella oli tutkimusaineistossa monet kasvot: se liittyi tietoisuuteen saada tarvittaessa nopeasti apua, kotitapaturmien välttämiseen sekä asuintalon ja -ympäristön rauhallisuuteen ja yleiseen häiriökäyttäytymisen puuttumiseen. Eräs haastateltavista oli polttanut itseään, kun kuuma uunivuoka ruokineen oli lipsahtanut jalan päälle. Korkealla olevat keittiön kaapistot pakottivat omaehtoisen toimijan kiipeilyyn, pöytätasot ja uunin sijoittelu olivat kipeälle selälle ja käsivoimille ergonomisesti väärin asennettuja, suihkussa käyminen vettä lainehtivassa WC-tilassa oli hankalaa ja asuinyhtiön sauna oli yksin peseytyvälle ikääntyvälle vastenmielinen kokemus. Ympäristössä päihtyneiden ja nuorison aggressiivinen käyttäytyminen pelotti. Turvallisuus liittyi toisaalta myös oman kotikaupungin tuttuuteen ja muistoihin sekä jaettuun sosiaalisuuteen, turkulaisuuden sisällä olemiseen.

"Ja sitten ko ollaan vanhoja turkulaisia, oli helppo tulla [eläkeiän paluumuuttaja] - - kaikki suku on täällä - - . Tultiin niin ko kotiin, jotenkin tämä on sillä tavalla tuttua ja on hyvä tulla. Ei tämän ikäisenä ihan vieraaseen paikkaan sentään muutais, jollei olis mitään kiinnekohtaa. - - onhan se paljon turvallisempaa siinä olla sitten." (H6/1)

Kanssaihmissen keskinäinen huolenpito ja avun tarjoaminen voimavaraistivat sisäisesti niin avunantajaa kuin avun vastaanottajaakin. Ikääntyvät kertoivat naapuriavusta kodin ylläpitämiseen liittyvissä askareissa kuten kaupassakäynnissä, ikkunoiden pesussa tai pienissä remonttitehtävissä. Mieli ilostui, kun naapuri sujautti postiluukusta ilmaisjakelehdän samalla, kun haki oman lehtensä pihan lehtilaatikosta. Huomaavaisuutta ja avunantoa, joka jäi kokematta, jos naapurustolla ei ollut keskenään kanssakäymistä.

"Ja sit tääl on kaikki niin ku tuttavii keskenäs. Jos on painava kassi ja joku tulee niin kyl se sen kassin ottaa ja kantaa, et on simmost kivaa apua." (H2/1)

" - - eikä koskaan kukaan kysynyt, olisinks mä tarvinnu jottai." (H3/1)

Asumisen rakenteelliset ratkaisut tukivat sosiaalisia suhteita sekä aktivoivat toimintaan. Haastateltavat kertoivat myönteisesti kokemuksistaan asuintaloissa, joissa oli asukkai-

den käyttöön suunniteltuja kokoontumis- ja viriketiloja tai puistomainen piha, jonka hoitamiseen asukkaat osallistuivat. Yhteinen ohjelma muotoutui asukkaista itsestään ja oli haavoittuvainen, jos aktiivisuutta ei riittävästi löytynyt. Kokemuksia oli myös itsenäiseen asumiseen perustuvasta palvelutalosta, jossa aktivoinnista vastasi palkattu ohjaaja. Hänen tehtävänä oli suunnitella ohjelmaa sekä aktivoida asukkaita osallistumaan, järjestämään ohjelmaa sekä ryhtymään harrasteryhmien vetäjäksi.

9.4 Palvelut

Voimavaraistava ympäristö tarjoaa erilaisia, helposti saatavilla olevia ja sisäisesti voimavaraistavia arjen sujumisen, fyysisen terveyden ja hyvinvoinnin palveluja. Näihin palveluihin tulee kuulua myös helposti saatavilla olevia avustaja-, asianajo- ja remontti-/talonmiespalveluja.

"Palvelujen pitäis nähdä ihmisten erilaisuus." (H6/1)

Tutkimuksen ikääntyvillä oli jossain määrin kokemuksia yksityisistä siivouspalveluista ja paljon kokemuksia erilaisista hyvinvointi- ja terveydenhoitopalveluista. Palvelu on vuorovaikutteinen prosessi, ja sellaisena otollinen maaperä erilaisille ikääntyvien myönteisille ja kielteisille arvioinneille ja tunneilmaisuille. Paitsi että palvelu antoi konkreettista apua kodin puhtautena tai sairauden hoitona, sillä oli onnistuessaan olennainen ikääntyvää sisäisesti voimavaraistava merkitys, kuten sivulla 91 todettiin. Terveyden seuranta tai kodin siivous eivät tule kerralla valmiiksi. Prosessi vastasi ikääntyvän yksilöllisiä tarpeita parhaiten, kun palvelunantaja, lääkäri tai siivooja pysyi samana. Tuttuuden lisäksi hyvään palveluun kuuluivat joustavuus, ikääntyvän arvostaminen ja kuuleminen, myötäeläminen ja kannustaminen. Haastatteluaineiston ikääntyvät kaipaivat autetuksi tulemistä, että joku kysyisi: "Mitä tarvitset(te) tai mitä teille/sinulle kuuluu?"

"Mä istuin siäl ja sit simmonen nuari miäslääkäri huusi sisäl, ja hänel oli tommonen A4 paperi edes. Ei hän niin ollu kiinnostunu munst potilaana, hän luki sitä A4 paperii vaan, ja mää kertosi sit tiätenkin [omasta vaivasta]. Mä olisin odottanut, et hän olis ollu katsekontaktissa, mut ei se oikein ollu, ja sit hän sanos, et hän määrää teil Burana 600 - - . Mua alkoi vähän harmittaa oikein, ko ei ottanu semmosta asennetta siihen, koska mä en ihan turhaa ruikuttanu. Sit ko mä lähdin pois, viäl ovel mä kääntysin ja sanosin, et kyl tämä oli ihan hukka reissu, ei täst ollu yhtään apua. - - . Minusta lääkärit tekee aika suurii virheitä, toiset lääkärit, ettei ne kuuntele potilast. Se on minusta erittäin tärkeää et kuunnellaan potilasta." (H1/3)

"Nyt hän [yksityinen siivooja] kävi kauppas, kun hän tuli kotoa. Hän kysys puhelimes, tarvitsenko mä jottai, ja nyt hän viäl meni, hän pian soittaaki mul, et hän meni ostama tavaratalost mul semmosen kärryn, et mää saan tonne vessaan kaikkii pikkutavarii. - -. Niin hän sanos, et kyl hän menee omal ajal hakemaan. Hänel on pyärä ." (H2/2)

Hyvää kohtelua ja huolenpitoa ikääntyvät odottivat laajemminkin erilaisilta palvelutehtävissä olevilta, kuten taksin- tai bussinkuljettajilta. Omat vaikeutensa liittyivät puolensa pitämiseen kaikkine ajanvarauksineen, jonoineen ja hinnoitteluineen. Yksityisten palveluihin ei aina voinut luottaa: työn jälki siivouksessa ei vastannut maksettua hintaa ja eräälle tutkimusaineiston ikääntyvälle oli jäänyt petetyksi tulemisen tunne. Vaikeuksia oli vaihtoehtojen ja oikeiden menettelytapojen selvittelyssä ja ikävät kokemukset lisäsivät arkuutta ottaa yhteyksiä sekä tuoda tarpeitaan esille.

" - - ei hän [lääkäri] muuta sanonu, ku "päivää" ja kirjotti noi lääkereseptit, ei hän minuu kattonu mitenkään. - - must tuntuu, ettei mul ol lääkkeet ihan kohdallaan nytkään. Mä en tiedä oikein kenen puoleen mä kääntyisin. - - mää sain noi lääkkeet, hän kattos niit vanhoi reseptei vaan. Munst tuntuu, et siin on niin ihmeellisiä lääkkeitä, etten mä oikein tunnistais niit ittelleni, mutta en tiedä, en tiedä siten." (H3/1)

" - - [lääkkeittenjaossa] oli hankaluuksia sillä lailla, että mä menin tonne terveyskeskukseen, niin kuin nämä sanoi, ettei he tule [kotiin], et mun täytyy mennä terveyskeskukseen. Sit mä menin terveyskeskukseen ja sanoin, et mun täytyis nämä lääkkeet saada jaettua. No ne oli niin kauhean kiukkussii, et ei me täällä mitään ruveta, jos me kaikil ruvettais lääkkei jakamaan, ei meil kuulu ollenkaan, et se kuulu kotisairaanhoidol. No sit mä otin heihin yhteyttä ja ne tappeli kanssa ja sanos, ettei se kuulu heille, et täytyis mennä terveyskeskukseen, mut sit ne oli keskenään soittanu ja riidelly kauheasti. Kumpikin oli kauhean kiukkussii, kun mä menin terveyskeskukseen. Ne näkee ihan punasta kun menen sinne, että nyt toi mummu tulee tohon, ihan ko se olis ollu mun syy, ettei nee jaa eikä nee jaa, mut nyt se on menny ihan." (H3/2)

Omaisilla oli merkittävä tehtävä erilaisissa ikääntyvän asiointitehtävissä. Kun läheiset asuivat kaukana, tutkimuksen ikääntyvät kaipasivat helposti saatavia ja luotettavia arkielämän avustaja- ja asianajopalveluja kulkemaan rinnalla sekä selvittämään kaavakkeita ja muita virallisia asioita. Oikeaa kättä, joka hoksaa asioita, joita itse ei tule ajatelleeksi tai joita ei ymmärrä. Kuuntelijaa olisi tarvittu erittelemään ajatuksia asunnon vaihtoon liittyvässä ongelmanratkaisussa tai käsittelemään sairastumiseen ja toimintakyvyn menettämiseen liittyviä pelkoja. Palveluvalikosta puutuivat myös menneiden aikojen talonmiehet, jotka joustavasti olivat apuna, kun pientä korjaamista tai naulaamista tarvittiin.

" - -[saadakseen apua omakotitalossa] hän rukoilee esimerkiksi vaikka öljyntuojaa tai muuta tämmöstä." (O4/1)

" [Ihmettelee, miten saa ulkolämpömittarin kiinnitetyksi keittiön ikkunaan.] Mä muistan, kun täs oli talonmies ennen, mut se sairastu, nyt on isännöitsijätoimisto. Niin se talonmies sen laitto [edellisen rikkimenneen mittarin], se oli hankalaa häneltäkin." (H5/2)

Taloudellinen tilanne ratkaisi eläkkeellä oloa sekä yksityisten terveyden-, hyvinvointi- ja sujuvan arjen palvelujen käyttöä. Haastateltavien puheessa oli paljon hintapuhetta, kuten "maksoi maltaita" tai "tiukkaan laskettu". Eräs vapaaehtoinen ystävä kertoi kokemuksistaan todeten, että usein hänen ystävänsä ovat olleet "niin tiukoilla".

"Hän niin tarkkaan laskee, et se kuukaudes riittää. Hän kaatui ja oli sairaalas pitkän aikaa, kun ei päässyt kävelemäänkään. - - hän rupes laskemaan, et kui paljon hänel menee rahaa sairaalaan. - - et hänen on pakko lähtee pois, ei hänel riitä enää eläke ja hänen täytyy maksaa yhtiövastike ja hän rupes kuntouttamaan itseä - -. Mut sen takia hänen piti päästä pois sairaalasta, kun se maksoi. Hän laski kuinka paljon menee sairaalaan." (O4/1)

Rahat laskettiin tarkkaan ja elämä sopeutettiin oman hyvinvoinnin kustannuksella palveluista tinkimiseen. Osin kyse saattoi olla myös vanhan kansan ihmisistä, jotka pulajan kokeneina ja työntekoon tottuneina pitivät palvelujen ostamista tuhlaavaisuutena.

9.5 Psykososiaalinen osallisuus ja itsensä toteutus

Voimavaraistava ympäristö tarjoaa kaikkina vuodenaikoina erilaisia vaihtoehtoja ikääntyvien sosiaaliselle kanssakäymiselle, vertaistuelle, luovaan toimintaan ja virkistykseen sekä kehittää toimintatapoja löytää ja kannustaa yksinäisiä hiljaisia ikääntyviä sosiaalisiin suhteisiin. Psykososiaalinen osallisuus ja itsensä toteutus edellyttävät ohjaajia ja ikääntyvien tarpeisiin nähden sopivia toimitiloja, jonne ovat myös hyvät kulku-yhteydet.

"Olis niin hauskaa olla joukon mukana." (H3/1)

Sosiaalinen kanssakäyminen tapahtuu erilaisissa paikoissa. Haastatteluaineistossa ikääntyvien työporukat, luokkakokoukset ja erilaiset elämäkulun aikana muotoutuneet ryhmät tapasivat toisiaan säännöllisin väliajoin erilaisissa kahviloissa, ruokapaikoissa ja palvelukeskuksissa. Harrasteryhmät löysivät tilansa seurakunnista, palvelukeskuksista, oppilaitoksista ja eri yhdistysten toimitiloista. Kuorolaulajilla oli omat tilansa ja liikuntaa harrastavilla liikunta- ja kuntosalitilat. Eläkeläisyhdistykset hajauttivat laajaa toimintaansa nuorisotiloihin ja eräissä tapauksissa yhdessäolon paikka löytyi omasta asuinta-

lostaa. Sosiaalista kanssakäymistä syntyi tuttujen torikauppiaiden kanssa tai istumalla palvelulinjan pysäkillä muiden bussia odottavien kanssa. Usealle kaivattu kohtaamispaikka löytyi Vanhusten tuki- ja kohtaamispaikka Poijusta, jossa kahvikupposen ääressä saattoi vaihtaa jonkun sanan ohjaajien tai muiden asiakkaiden kanssa. Erilaisiin tarpeisiin tarvittiin erilaisia tiloja, joihin ikääntyvien oli helppo mennä ja jotka aktivoivat sosiaalisiin kontakteihin.

Tutkimuksen haastateltavat korostivat kannustavan ja innostavan ohjaajan merkitystä. Ilman ohjaajan apua ja luottamusta ei olisi syntynyt runoja eikä omaelämäkertaa tai Eijan ryhmää, joka kokosi aikanaan avokuntoutuksessa ystäväystyneet ikääntyvät säännöllisin välein yhteen vaihtamaan kuulumisia sekä syömään yhteisen pöydän ääreen. Eija oli erään kuntoutukseen osallistuneen tytär, joka vapaaehtoisesti tarttui tärkeään tehtävään.

"Niin ku on todettu, on valtava henkilökysymys, se kuka mitäkin ryhmää koordinoi. Toinen saa mukaan ihan omalla persoonallaan, toinen ei sit taas saa mukaan millään." (H6/2)

"On hyvin huolehtivainen [viriketoiminnanohjaaja], pitää kaikista huolen. Kun on huonoja kulkemaan, kyl hän kauheasti auttaa. Pitää huolta, oikein miellyttävä tyttö." (H6/2)

Saavutettavissa oleva paikka ja sisäisesti voimavaraistava ohjaaja edesauttoivat ihmisiä yhteen. Useille riitti tarkkaileva läsnäoleminen muiden joukossa, joku oli jo rahkaistunut keskustelun aloitteentekijäksi tai hakeutunut keskusteluun ohjaajan kanssa.

" - - mut kyl mä nyt olen huomannu, et turkulaiset on vähäsen tommosii jäykempii. - - yks kerta yks täti on mulle puhunu ennen kuin minä olen puhunu, ja sit ko on kaks kolme tuttavaa, eihän ne sillon puhu kenenkään muun kanssa. Emmää tost mittää välitä, mut vaan että sen näkee. Ja tämän ohjaajan kans mä siäl [Poijussa]vallon." (H5/1)

"Kiva kun tapaa ihmisiä. On se kiva. Ja itte on tullu sen verran rohkeammaks, et ruppee ihmisten kans puhumaan. Kyl turkulaiset yleensä on vähän semmosii, et ei ne pahasti kyl juttele. Kyl ne sit rupee puhumaan, ko alottaa, mut ei ne juur alotet tee. Lähestyminen on vaikeaa juu. Määkin olen semmonen, et jos mä jonnekin menen ja istun yksinäni, niin kyl mä voin hyvin ruveta juttelemaan sen vieruskaverin kans. Ja joku jatkaa juttua ja joku ei." (H2/3)

Kaikille ei ollut helppoa lähteä muiden joukkoon, vaikka kulkuyhteydet ja toiminta olivat lähelläkin. Eräs vapaaehtoinen ystävä pohti kokemustensa perusteella yksinäisen ikääntyvän osallistumisen onnistumista sekä tarvetta suostutella, kysytellä ja lopulta

viedä hänet paikan päälle. Ei pakottaen, vaan hienovaraisesti sisäisesti voimavaraistamalla.

" - - eikä sekään oikeastaan auta, et on joku paikka minne menee, vaan jonkun tarttis patistaa niit menemään tai viädä ne sinne, et se tarttis mennä niin pitkälle, joku simmonen takapiru kuka ossaa sen oikealla tavalla. Ei väkisin saada kettään mihinkään, et nyt sun tarttee mennä sinne. Ihan ajan kanssa saada kypsytettyy, siäl on semmosta ja ruvetaaks käymään." (O1/2)

Kotona omatoimisesti asuvan ikääntyvän suostutteluvastuu jää omaiselle ja muille hänen kanssaan vuorovaikutuksessa oleville henkilöille. Parasta olisi, jos nuoruuden tai aktiiviajan tuttu tulisi ja tarttuisi käsivarteen. Yhdessä mentäisiin, mutta sydämessä on yksinäisyys, kun itselle merkitykselliset henkilöt ovat kaikki kuolleet. Tutkimuksen haastateltavat kertoivat, että mahdollisuus "kaikkien kanssa juttelemiseen" virkistää, mutta todellinen ystäväystyminen on vaikeaa. Ikääntyvien kaipaama henkilökohtainen keskusteluapu voimavaraistavan ympäristön palveluna saattaisi onnistua ikääntyvän aktivoinnissa tai sellaisenaan voisi olla monelle yksinäiselle riittävä, hyvinvointia lisäävä sosiaalinen suhde, kuten vapaaehtoinen lähimmäinenkin. Jatkuvuusteorian näkökulmasta ymmärtää, että kaikki eivät halua kerhotoimintaa tai muita vastaavia aktiviteetteja. Haastateltava, jolla oli pitkä kokemus vapaaehtoisesta ystävätoiminnasta, pohti hiljaisten yksinäisten kotiin jäämistä elämäntiluksena valintana.

" - - jokaisel on niin ko eri näkemys ja malli miten tätä elämää elää. Sitä mitä olen todennu, ku olen parikymment vuotta pyäriiny tualla [vapaaehtoistyössä], - - vaik miten järjestetään tämmösiä kohtaamispaikkoi, on semmosii ihmissii, jotka ei ol tottunu työelämässä tämmöseen yhteisöllisyyteen. Haluaa olla aina kotona ja sit mielellään jää yksin, ku mies esimerkiksi kuolee, ei ne lähde mihinkäs. On semmosii tyyppi, se on luonnekysymys, ei ne lähde, vaik järjestettäsi mitä hienoo, tämmösiä kerhoja ja ryhmiä ja terapioita, niin ei niitä saa." (H6/1)

Monelle tutkimuksen ikääntyvälle kesäaika oli pakonomaista joutenoloa. "Turhaa aikaa", jolloin kaikki sosiaaliset aktiviteetit olivat kesälomalla. Ikääntyvät toivoivat virkistyslomia ja ohjelmallisia kesäleirejä, joita oli tarjolla tarpeisiin nähden liian vähän ja liian lyhyinä jaksoina. Kesä tarjosi erälle haastateltavalle mahdollisuuksia mennä viikoittain eläkeläisyhdistyksen kesäpaikalle saunomaan ja viettämään yhteistä aikaa, mutta liikkumisen vaikeudet ja kulkuyhteydet pakottivat luopumaan yhdessäolosta. Samat rajoitteet olivat monella muullakin, mikä pakotti jäämään kaupunkiin ja toivomaan mielekästä kesätoimintaa.

9.6 Vapaaehtoinen toiminta

Voimavaraistava ympäristö tukee ja kehittää vapaaehtoista lähimmäis- ja ystävätoimintaa. Ystävätoiminta on läheishuolenpitoa, joka edellyttää toiminnan organisointia sekä vapaaehtoisten tukemista.

"Sit ko mä tulen viikon tai kahden päästä [lomalta], hän kapsahtaa kaulaan: voi ihana ko sä tulit!" (O4/1)

Tutkimuksen ikääntyvät jakoivat arkensa asioita lapsiensa, lapsenlapsiensa, sisaruksiensa ja muiden lähisukulaisiensa kanssa ja odottivat heidän yhteydenottojaan. Muita tärkeitä henkilöitä olivat viikko- ja kuukausikokousten ystävät, naapurit, Poijun ohjaajat sekä tutuiksi tulleet virkailijat ja myyjät. Monelle ikääntyvälle vapaaehtoinen ystävä oli ainutlaatuinen ovi kodista ulkomaailmaan. Ystävä ulkoilutti, keskusteli, luki lehtiä, oli mukana ostoksilla, saattoi tarvittaessa terveyskeskukseen tai kirkkoon, teki kaikenlaista mukavaa yhdessä ikääntyvän kanssa ja siinä sivussa ripusti verhot paikoilleen.

Tutkimusaineisto vakuutti lähimmäis- ja ystävätoiminnan kaksisuuntaisesta merkityksestä: toimintana se voimavaraisti sekä ystäväksi ryhtynyttä että ystävän saanutta ikääntyvää. Molemmiin puolin nämä kaksi antoivat toisilleen paljon, antaen myös ikääntyvälle mahdollisuuden osoittaa huolenpitoa.

"Mä olen kauan ollu, mul on ollu lukematon määrä näitä ystäviä. Olen ittekin saanu paljon niiltä ystäviltä, on tullu elämäkokemusta. Mun mielestä tämä on erittäin mielekästä työtä. Toivon, että jaksan tehdä mahdollisimman kauan tätä. Mä olin ystävä jo työelämän aikana. - - . Päivät täyttyy, et on mielekästä työtä. Mä ajattelen, et ku ittelläkin tulee ikää, niin pysyy niin ko virkeämpänä, kun kuitenkin tekee ja menee ja aikaa tulee enempi kun perhe pienenee. Ansiotyön kun täyttää tämmösellä vapaaehtoistyöllä, se on erittäin mielekästä." (O8/1)

"Kyl se on niin mukava huusholli ja niin ihana asia, et se on mulle niin tärkeä." (O4/1)

"Me jutellaan sit ihan laidast laitaan, ihan henkilökohtaisii ja kaikenmaailman asioita, hän on ottanut munt vähän niin ko tyttäreksi. - - . Hänel on kahvikuppi aina valmiina, kun mä menen sinne. Juodaan se kahvi samaan kellonaikaan ja jutellaan ja katotaan uutiset aina välillä - - . Hän aina kysyy mun lapsista ja miehestä ja vanhemmista, ko mul on iäkkäät vanhemmat, täyttää kumpikin 90 - - ." (O3/1)

Vapaaehtoinen ystävä oli tärkeä ihmissuhde, kun ikääntyvän osallistuminen kodin ulkopuoliseen harrastus- ja virkistystoimintaan oli rajoittunutta. Ystävä korvasi kaveriporu-

koiden vertaistukea; hänelle puhuttiin asioita, joista ei omille lapsille haluttu puhua. Ystävä myös vähensi omaisen huolta tai epäsuotuisassa tapauksessa aiheutti omaisissa mustasukkaisuutta.

O5/1: "Ne ei halua kertoa niille omaisille aina, jos niillä on joku paha olo tai krämppä. Ne kertoo mieluummin sil vieraal."

O1/1: "Just näin on. Ne säästää niitä omiaan, todella paljon säästää. Ei halua niille kertoa. Mä olen ajatellut monta kertaa, et se vika taitaa olla kaikis meis äideis. Määki huomaan sen, etten mä omilleniakaan aina kaikkii kerro. Täs on sama, et kyl ne viaraal kertoo paljon henkilökohtaisempia asioita . - - . Vieraalle kerrotaan paljon."

O3/1: "Mää tykkään, et tommosii jännii nuoruuden henkilökohtaisia asioita, ei varmaan viitti omille lapsille kertoo ihan kaikist asioist."

- -

O3/1: "Omaiset on kaikki aika iäkkäitä, ei hän varmaan halua kertoa semmosii asioita niille, mitä me jutellaan keskenään."

O5/1: "Oletteko huomanneet sen, et kun tulee tuttavammaksi sen ihmisen kans, omaiset niinko enemmän antaa vastuuta sille vieraille ihmiselle tai justiinsa sille ystävälle? Mä olen ainakin huomannut sen, et ne kattoo et hyvä, ei mun tarttekaan sit mennä kun sä menet."

O1/1: "Jos ne osaa ottaa sen näin. Kyl monel on se mustasukkaisuus, et kertooks se nyt vieraal semmosii mitä me ei tiedetä, mut hienoo, jos omaiset osaa ottaa sen näin, et on heille avuks kun joku käy, mut kyl on päinvastasiikin tapauksia."

Vapaaehtoistoimintakin tarvitsee huolenpitoa. Ystävät pitivät tärkeinä, että heistä huolehditaan, järjestetään yhteisiä työnohjauksellisia tapaamisia ja koulutusta. Tarvittiin toiminnasta innostunut ja kannustava vastuuhenkilö, joka koordinoi ja oli vapaaehtoisten tukena joskus vaikeissakin ystävätoiminnan ihmissuhde-, salassapito- ja vastuukysymyksissä. Vastuuhenkilö ryhtyi myös erityistilanteissa selvittämään ikääntyvän elämäntilannetta, jos vapaaehtoinen ystävä oli huomannut hänen hyvinvoinnissaan jotakin huolestuttavan poikkeavaa.

9.7 Ennakoiva tuki

Voimavaraistava ympäristö kehittää toimintatapojaan ennakoiviksi sekä turvaa vähävaraisten ikääntyvien mahdollisuudet voimavaraistavaan toimijuuteen.

" - - rupesin kysymään pääsenks mäkin [kuntoutukseen] - - ." (H5/1)

Toiminta on kotona omatoimisesti asuvan ikääntyvän parhain voimavaraistaja. Ikääntyvien haluama toiminta muodostui tässä tutkimuksessa arjen sujumiseen, ikääntyvän kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin ja hänen äänensä kuulemiseen liittyvistä päämääristä.

Hyvinvoinnin ylläpitäminen ja arki sujuivat erilaisia valintoja tehden paremmin tai huommin. Ratkaisevia tekijöitä onnistumiselle olivat ikääntyvän sisäiset voimavarat, voimavarojen oikeanlainen tukeminen sekä ympäristön tarjoamat edellytykset.

Ikääntyvien taloudelliset edellytykset loivat erilaisia elämäntapatottumuksia ja antoivat erilaisia mahdollisuuksia käyttää tarvittaessa yksityisiä arjen sujumisen sekä hyvinvoinnin ja terveyden palveluja.

"Jos on varaa, sitä voi tehdä melkein mitä vaan, mut sitten jos on, niin ku monella on taloudellisesti tiukkaa, niin sehän rajoittaa." (H6/2)

Eräs haastateltavissa yritti tasapainottaan talouttaan hakemalla sosiaalihuoltolain mukaista kuljetuspalvelua sekä Kelan eläkettä saavan korotettua hoitotukea. Tulot juuri ja juuri, muutamalla eurolla ylittivät kuljetuspalvelun myöntämiseksi asetetun alhaisen tuloajan. Haastateltava ennakoiki myös kielteistä hoitotukipäätöstä, koska tuen saamisen edellytyksenä on "niin paljon apua, ettei tulisi yhtään itse toimeen". Hoitotuen hakija oli monisairas, ja vertailtuaan itseään muihin samassa tilanteessa oleviin, olisi mielestään voinut kuntoisuutensa puolesta heittäytyä muiden autettavaksi. Haastateltava piti tilannetta epäoikeudenmukaisena ja katsoi, että tukea pitäisi myöntää nimenomaan siksi, että niin kovasti yrittää ja tekee itse. Koska kuljetuspalvelua ei myönnetty, haastateltava olisi käyttänyt hoitotukea ensisijaisesti taksimaksuihin helpottaakseen kodin ulkopuolista liikkumista, mm. hautausmaalla käynti oli hänen haaveensa. Hän totesi: "Et see, et olis jossain tual hoitolaitokses, kui paljon se maksaa?"

Sisukas ikääntyvä ei ruikuttanut eikä tuonut monista sairauksistaan huolimatta autetuksi tulemisen tarpeitaan julki. Myönnetty palvelu tai etuus olisi tukenut toimijuutta ja toimintakyvyn säilymistä ikääntyvän itsensä määrittämällä tavalla. Vastaavanlainen kokemus liittyi haastatteluaineistossa kuntoutukseen. Fyysistä toimintakykyä ja sosiaalista hyvinvointia laaja-alaisesti tukeva kaksiviikkoinen avokuntoutusjakso ei ollut kaikkien etuoikeus.

"Se oli ihan mukavaa, meiti oli semmonen kymmenen hengen ryhmä. - - siäl oli sitä kuntojumppaa aina ja eri luennoitsijoita. Oli se ihan semmost, et se anto uusii virikkeitä ja näki taas muuta. Ne sanos, ettei sitä varmaan tiädä, et pääseks kaikki mukaan, mut ainakin sit määh pääsin mukka." (H2/1)

"Niin mä [90-vuotias] en päässy sinne kuntoutukseen, eikä se toinenkaan kahdeksankymppinen päässy. Mut ku olis pitäny olla ihan joku tauti, niin tämmönen vastaus siält tuli [näyttää kielteistä päätöstä]. Oli lääkärintodistus, mut eihän lää-

käri mua mitenkään, muuta kuin kehu, et mä olen tietysti hyväkuntoinen. Vuaden sisällä kelpaa se sama lääkärintodistus, niin mä viän sen, mä sain jo uuden lomakkeenkin - - anon uudestaan." (H5/2)

Ollakseen kuntoutuskelpoinen on oltava riittävän raihnainen ja tämä raihnaisuus on todistettava lääkärinlausunnolla. Kriteeri on ristiriitainen omatoimisuutta ja voimavaroja korostavan ikääntymispolitiikan kanssa. Se on ristiriitainen myös tutkimuksen ikääntyvien kokemuksellisen iän kanssa. Itsensä todistaminen sairaaksi ja huonokuntoiseksi ei kannusta eikä tue ikääntyvän sisäisiä voimavaroja.

" - - joku viisas on aikanas sanonut, et terveyttä on helpompi hoitaa ku sairautta." (H1/1)

Palvelukulttuurin muuttaminen ennakoivaksi edellyttää asennemuutosta, kuten eräs haastateltavista totesi. Hän pohti palvelutalotarjontaa, jota tulisi monipuolistaa ja lisätä. Ikääntyvien tulisi oppia ja voida muuttaa niihin silloin, kun vielä itse kykenee päättämään ja järjestelemään asioitaan. Haastatteluaineiston ikääntyvien kokemusten perusteella ennakoiva palvelukulttuuri merkitsisi myös kuntoutumispalvelujen lisäämistä sekä kodin ylläpitämiseen liittyvien julkisten tukipalvelujen ja kuljetuspalvelun kriteereiden uudelleenarviointia tulorajojen ja kuntoisuusehtojen osalta. Työmuotojen kehittäminen ennakoivaksi merkitsisi lisäksi ylläpitävää huolenpitoa niille, joiden omaehtoinen toimijuus on vaarantumassa.

"Tarvis olla tukea, semmonen joku, joka katsois sillä taval perään, et kaikki menee hyvin ja kävis katsomassa välillä ja muuta." (H6/2)

9.8 Ääni kuuluville

Voimavaraistava ympäristö puolustaa ikääntyvien oikeuksia, aktivoi heitä ilmaisemaan mielipiteitään sekä osallistumaan päätöksentekoon, kanavoi ikääntyvien palautteita ja toiveita näkyviksi sekä edistää ikääntyviin kohdistuvaa arvostusta ja voimavaraistavaa asennoitumista ja palvelukulttuuria.

" - - ei he [pätöksentekijät] ajattele yhtään, kun heil on pykälät." (H2/3)

Tutkimuksen vapaaehtoiset ystävät olivat huolissaan niiden ikääntyvien puolesta, joilla ei ole omaisia pitämässä puolia. Erityisesti vanhimmat ikääntyvät eivät osaa eivätkä ole tottuneet vaatimaan ja pitämään kiinni oikeuksistaan. He ovat nöyriä ja tyytyvät siihen,

mitä muut heidän puolestaan päättävät. Puolensa pitäminen monimutkaisessa palvelujärjestelmässä ei ollut helppoa ja joskus jopa kohtuutonta.

Tutkimuksen ikääntyvä toimitti Kelaan hoitotukihakemuksen 15. päivä touko-kuuta ja heinäkuun 30. päivä hän sai kirjeen, jossa pyydettiin lääkärin C-lausuntoa; hakemuksen liitteenä oli virheellisesti lääkärintodistus, jota hän oli käyttänyt hakiessaan Lotta-kuntoutukseen. Hakemus oli ollut vireillä 2,5 kuukautta tapahtumatta mitään, mutta nyt hakijalta edellytettiin ripeyttä: asianmukainen lääkärintodistus oli toimitettava Kelaan viikossa, 8.8. mennessä. Hakijalla oli lääkärin soittoaika 1.8., mutta lääkäri kehotti tilaamaan uuden vastaanottoajan, koska ei osannut kirjoittaa C-lausuntoa näkemättä potilasta. Ikääntyvällä oli takanaan pitkä terveystieteiden lääkärin hoitosuhde, mutta nyt lääkäri oli vaihtunut. Uuden ajan hän sai saman viikon perjantaiksi ja lääkäri lupasi todistuksen olevan haettavissa 7.8. Ikääntyvä meni hakemaan todistusta sovittuna päivänä, mutta sai terveystieteiden neuvonnan työntekijän haukut osakseen: "Kuka tällaista on mennyt lupaamaan?" Yhtään lääkärintodistusta ei kesäaikana oltu kirjoitettu, koska terveystieteiden keskuksessa oli kiire. "Se oli niin vihainen." Hakija puolusteli ja kertoi Kelan tiukasta aikataulusta. Lääkärintodistus oli saneltu, mutta vaaditussa ajassa sitä ei voinut saada. Hakija meni saman tien Kelaan ja sai asian hoitamiseksi lisää aikaa. Ulkona oli 27 asteen helle, mikä rasitti liikkumista. Lääkärintodistus oli valmis haettavaksi 11.8.. Haastattelu tapahtui elokuun lopulla, johon mennessä hoitotukipäätöstä ei ollut tullut.

Haettaessa kuljetuspalvelua, kuntoutusta tai hoitotukea tarvitaan kuhunkin omanalaisensa lääkärintodistus. On osattava toimia oikealla tavalla myös kielteisen päätöksen muutoksenhaussa.

Tutkimuksen ikääntyvä oli saanut vaikeavammaisten kuljetuspalveluhakemuksensa kielteisen viranhaltijapäätöksen, johon oli tuloksetta hakenut sosiaalilautakunnalta muutosta. Mahdollisuutena oli viedä asia hallinto-oikeuteen, jota tarkoitusta varten hakija oli ymmärtänyt hankkia uuden lääkärintodistuksen, jossa oli "invaliditeettikin kirjoitettu" ja "rastit oikeilla paikoillaan". Saatuaan kielteisen päätöksen ikääntyvä oli harmissaan kirjoittanut sosiaalipalveluista vastaavalle korkeimmalle johtajalle toiveenaan saada asiaansa oikeutta. Lakimies oli vastannut, ettei asialle voida tehdä mitään. Saadakseen varmuuden hallinto-oikeuteen viemisen kannattavuudesta ikääntyvä oli jäänyt odottamaan tutunsa tutun mielipidettä. Tutunsa tuttu oli kaupungin talousarviosta päättävän toimielimen luottamushenkilö, joka lähetti terveisiä, että asiaa ei kannata viedä hallinto-oikeuteen, vaan anoa palvelua uudelleen vähän myöhemmin.

Oikeusturvan toteutuminen edellyttää asiallista tietoa ja tukea, ikääntyvän asian puolustajaa, jollainen tutun tuttu ei tässä tapauksessa ollut. Palvelujärjestelmä puolusti itseään. Parasta tilanteesta oli, että haastateltava päätti "ettei hän purematta niele" ja ajoi asiaansa ottaen kantaa palvelujen kehittämiseen. Johtajalle kirjoittamassaan kirjeessä hän perusteli kuljetuspalvelua virkistystyksen mielenterveydellisillä merkityksillä sekä muutamaa taksilippua kalliimmilla terveydenhuoltomenoilla, jotka aiheutuvat kaupungille hänen mahdollisesta kaatumisestaan. Haastatteluaineistossa oli paljon muitakin kantaaottavia

ikäntyviä, joilla oli kokemuksesta kumpuavia mielipiteitä vanhuspalvelujen parantamiseksi. He seurasivat politiikkaa, mutta olivat turhautuneet tapaan, jolla yhteisiä asioita hoidettiin. Asioiden parantaminen jäi heidän osaltaan arvosteluksi, joka ei jalostunut voimavaraistavien ympäristötekijöiden kehittämiseksi.

O8/1: "Mun ystävä puhuu politiikasta paljon. Enhän mä paljon siit voi, mä vaan kuuntelen."

O6/1: " - - kyl me vähän ollaan politiikast puhuttu, mut loppujen lopuksi hän on todennu, et se on niin likast peli. Hän seuraa, mut ei hän halua siit enempää keskustella, kun se on mitä se nykyään on."

Tutkimuksen vapaaehtoiset ystävät sen sijaan osoittautuivat potentiaalisiksi vaikuttajiksi. Eräällä kokeneella vapaaehtoisella oli kokemusta lehteen kirjoittelun vaikutuksista vapaaehtoistyön aseman vahvistamisessa sekä heikompien asemaan esille tuomisessa. Hän piti tärkeänä vapaaehtoistyön yhteistyötä paikallisen sanomalehden kanssa, mutta koska toimitukset ovat kiireisiä, kirjoittelu on parasta vastuuttaa jollekin kirjoittamaan pystyvälle vapaaehtoiselle. Ystävät pohtivat vaitiolovelvollisuuttaan, mutta totesivat tämän esteen olevan ylittävissä puhumalla ikääntyvien asemasta asiana.

O4/1: "Mä olen tulkinnut ton vaitiolo velvollisuuden ain sillai, et kun ei mainitse nimiä, kyl asioista ain voi puhua. Et kun puhuu vanhuksesta ylipäättänsä, tää vaan luo semmosta kiinnostusta yleensä vanhuuteen."

O5/1: "Mää olen samaa mieltä. Voi niin ko yleisesti jutella, mut ei nimiä ollenkaan, eikä kukaan tiedä kenen luona mä käyn."

O4/1: "Jos asia vaivaa, nyt vanhuksel on tämä asia huonosti, niin totta kai siitä täytyy voida puhua. Vaik mä itte olen sen nähny ja kokenu jossain, ei se muutu, jos siitä ei puhu."

- -

O1/1: " - - enempi metelii vaan ja lehtiin - - ."

Kirjoittelulla vaikutetaan mielikuviin ja ikääntyvien arvostukseen. Julkisuuden kielteinen kirjoittelu oli tutkimusaineiston vapaaehtoisten mielestä käännettävä myönteisen arvostuksen ja kohtelun puheeksi.

O9/1: "Viime aikoina kylläkin, kun lehdistös on jatkuvasti siitä artikkeleita, kuinka kalliiksi ikäihmiset tulevat ja kuinka koko aika nämä ikäihmiset lisääntyy, se on nuoremmastakin ihmisestä epämiellyttävää keskustelua, jatkuvasti tuodaan esille se. Syyllistetään nämä vanhat ihmiset, jotka tosiaan on tehny pitkän päivätyön ja maksaneet veronsa - - ."

O7/1: "Tilastoissa laskemia vuoteen 2010, 2015, mikä on ikäjakauma yhteiskunnassa. "

O9/1: "Ja kuitenkin kun ajatellaan, kyllä he eläkeläisinä, kun maksavat verot ja tienaa, saavat eläkkeensä, josta maksavat kulunsa, niin mikä ihme siinä sitten niin kovasti yhteiskuntaa rasittaa?"

O6/1: "Kyllä varmaan päälle ottaa, vaik ei hänkään [oma ikääntyvä] näytä, vaik kritisoidaan tätä maailmanmenoo molemmat samal taval."

O7/1: "Terveysthualto on parantunut, niin ihmiset elää kauemmin. Mun miälestä se on rikkaus, ei sitä pitäis syyllistää, mitä niin kauan elätte, muuta kun tulee vaan yhteiskunnalle kalliiksi."

O6/1: "Jos me kritisoidaan, niin kyl me kiitetäänkin monest asiast tätä maaailmaa."

O1/1: "Kyl he sillai kokee, et ei heit kuunnella eikä arvosteta. Mää ainakin olen vanhuksilt saanu niin paljon elämänviisautta ja kokemusta ja ne on viisaita. Eikä anneta arvoa niille taidoille ja tiedoille mitä heillä on."

O4/1: "Mä olen samaa kunnellu paljon. Jos hän yrittää sukulaisille puhuu vanhoist asioista, ei tommost ole ollu, sää kerrot ihan satuja ja sää olet niin vanha ja höppänä. Et tämä kunnioitus puuttuu ja samaa yhteiskunnalta vaik taksinkuljettajalta, mist tahansa ympäristöltä. Hän odottais enempi kunnioitusta ja jos hän on hyväl tuulel, mä tiedän et hänt on kohdeltu hyvin."

Taksinkuljettaja osoittaa ikääntyvien kunnioittamista kohteliaalla käytöksellään: avaamalla auton- ja kotioven sekä nostamalla ja kantamalla ostoskassit. Arjen sujuminen on helpompaa, jos ikääntyvää auttava palvelukulttuuri tulisi kaikkien palvelutehtävissä olevien normaaliksi käytännöksi myymälöissä, virastoissa, kahviloissa ja ruokaloissa. Hyvän käytöksen kouluun tulisi saattaa myös ihmisvilinän kanssaihmiset, jotka paitsi antaisivat istumapaikan ruuhkabusseissa, myös tarjoutuisivat tarvittaessa auttamaan.

9.9 Tiedottaminen

Voimavaraistava ympäristö antaa avoimesti tietoa ikääntyvien oikeuksista, tarjolla olevista palveluista, etuisuuksista ja erilaisista toimijuuden mahdollisuuksista.

"Mä en edes tiennyt, että hammaslääkäriäkin voi saada kunnalta." (H6/2)

Haastatteluaineiston ikääntyvillä oli paljon vertaistietoa; he olivat kuulleet toinen toisiltaan hyviä neuvoja ja kokemuksia erilaisista elämänalueen asioista, kuten sairauksien itsehoidoista tai vanhuspalvelujen toimivuudesta. Vertaistieto on voimavaraistavaa dialogia, jolle on turvattava omat sosiaaliset areenansa, mutta myös edellytykset perustua luotettavaan tietoon. Kun haastateltava kertoi kuulleensa asian tutuilta "turkulaisilta rouvilta", on muodostunut näkemystä vaikea muuttaa, vaikka tieto olisikin virheellinen.

"Mut ei se kuntakaan varmasti näitä tietoja kauheesti tyrkytä ihmisille, mitä vois saada. Tarvis ilman muuta tuoda kaikki mahdolliset palvelut esiin jollain tavalla. Et tätä ja tätä vois saada. Mä luulen, et koittaa enemmän piilottaa, ettei haeta niin kauheesti sieltä. Semmonen kuva, et näin vois olla." (H6/2)

Tiedottamisen tulee olla avointa ja laaja-alaista kattaen ikääntyvän toimijuuden kaikki osa-alueet. Näin ollen tiedon jakaminen ei koske vain julkisia sosiaali- ja terveystalvite- lujia. Avoin tiedottaminen lisää ikääntyvien kompetenssintunnetta ja omaehtoista selviy- tymistä, auttaa omaisia huolenpitotehtävässään sekä antaa ammatillisia työvälineitä kai- kille työssään ikääntyviä kohtaaville työntekijöille. Hyvin toteutettu tiedottaminen antaa tietoa ikääntyvien oikeuksista sekä vaikuttaa myönteisellä tavalla heidän kohteluunsa.

Tutkimuksen ikääntyvät lukivat paikallislehtiä, kuuntelivat radiota ja katselivat TV:tä. Tiedonsaannin kanavat olivat moninaiset, mutta verkkotiedottamista kaikki tutkimuksen haastateltavat vierastivat.

"Ei yhtään kiinnosta [tietojärjestelmät]. Nyt on niin paljon tullu semmosii, et tuk- keutuu kaikki, kaiken näkösi palomurei tarvitaan - - ." (H1/2)

Vanhusten tuki- ja kohtaamispaikka Poiju sai tutkimuksen haastateltavilta myönteisiä arviointeja tiedon jakajana. Ikääntyvien voimavaraistuminen kytkeytyi kahteen palve- luohjaajaan ja heidän antamaansa henkilökohtaiseen tukeen.

" - - mä luulen, että vanhukset on hiukan riippuvaisia niistä tytöistä [palveluoh- jaajista]. Mä luulen, emmä tiädä. No mullekin tulee vähän orpo olo [kun ovat poissa, ja paikalla on esimerkiksi opiskelija], et voi misä ne tytöt nyt mahtaa olla. Ja sit ko saa kyssyy jottai asioi, tärkeitä asioita, niin ei viitsi oikein keneltäkään muult kyssyy." (H3/2)

Ohjaus ja neuvonta olivat dialogia, jolla palveluohjaaja auttoi ikääntyvää hahmottamaan asiansa - silloinkin kun ei oikein tiennyt, mitä kysyä - sekä löytämään ratkaisuja esittä- mällä kysymyksiä ja vaihtoehtoja, joihin tarttua.

10 GERONTOLOGINEN SOSIAALITYÖ VOIMAVARAISTAJANA

10.1 Kokonaisvaltaista hyvinvointityötä

Tässä tutkimuksessa kotona omatoimisesti asuvan ikääntyvän hyvinvointi rakentuu hänen toiminnalleen asettamiensa tavoitteiden, voimavarojen ja ympäristön tarjoamien edellytysten välisestä tasapainosta. Gerontologinen sosiaalityö on tutkimustehtävän operationalisoinnissa määrittynyt hyvinvointityöksi (Niemelä 2009), joka luo edellytyksiä tämän tasapainotilan saavuttamiselle. Haastatteluaineistossa ikääntyvien toiminta abstrahoitui kahdeksaksi päämääräkategoriaksi (taulukko 2), jotka palkitsivat ja voimavaraistivat ikääntyviä, mutta joihin myös liittyi mieliharmia ja epäonnistumisia. Ikääntyvien toiminta ja tunneilmaisut olivat rikkaita saaden vertauskuvakseen erään haastatteluun osallistuneen flammattun käsityölangan kaikkine väri vaihteluineen. Ympäristöön liittyvät edellytykset puolestaan abstrahoituiivat tutkimuksessa ikääntyvää sisäisesti voimavaraistaviksi ympäristötekijöiksi sekä voimavaraistaviksi ympäristötekijöiksi resurssina (taulukko 4).

Tarkastellessani gerontologista sosiaalityötä hyvinvointityönä tukeudun Pauli Niemelän (2008, 2009) inhimillisen toiminnan teoriaan, jota tutkimuksen toimintateoreettisena lähtökohtana on lyhyesti esitelty luvussa 3.1 sivulla 30. Niemelän ihmiskäsityksessä ihminen todellistuu fyysisenä luonnon olentona, psyykkisenä tajunnallis-henkisenä olentona sekä sosiaalisena, toimivana olentona, mikä vastaa Rauhalan holistisen ihmiskäsityksen situationaalisuutta. Niemelän mukaan sosiaalityön teoreettinen ymmärrys lisääntyy ennen muuta ihmistä toimivana olentona tarkastelevan tiedonmuodostuksen kautta. Aivan samoin kuin kehollisuus on lääketieteen ja tajunnallisuus psykoterapioiden teoreettisen ymmärryksen perustana, on ihmisen toiminnallisuus, hänen ymmärtämisensä yhteisöllisenä ja yhteiskunnallisena olentona, sosiaalityön teoreettisen ymmärryksen perustana. (Niemelä 2008, 221; 2009, 209, 211, 213.)

Niemelän mukaan ihmisen toiminnalla on kolme tasoa: oleminen (eläminen), tekeminen ja omistaminen, joilla kullakin on toinen toisiinsa vaikuttavina fyysis-aineellinen, sosiaalinen sekä psyykkis-henkinen perusulottuvuus. Sosiaalityön kohteena on koko tämä inhimillisen toiminnan kokonaisuus. (Niemelä 2009, 218, 223 - 230.) Kaikki se, jonka vapaaehtoistyöntekijä (O4/1) puki sanoiksi ”Ne on niin elämässä mukana”. Taulukko 5

kokoaa haastattelututkimuksen ikääntyvien toiminnan ja tätä toimintaa voimavaraistavat ympäristötekijät Niemelän (2009) inhimillisen toiminnan teorian tasoihin ja ulottuvuuksiin. Rinnakkaisasettelu on väljä, mutta auttaa ymmärtämään ikääntyvän toimijuuteen perustuvan gerontologisen sosiaalityön sisältöä hyvinvointityönä. Taulukossa haastatelluaineistosta nouseva sisältö on tummennetussa tekstikehyksessä kursiivilla kirjoitettuna (pienillä kirjaimilla toiminnan päämääräkatgorioihin liittyvä sisältö ja isoilla kirjaimilla voimavaraistavat ympäristötekijät); kuvion sommittelu ja varsinainen teksti ovat Niemelän (2009, 218, 219) teorian mukaiset. Aineistooni perustuen luonnehdin inhimillisen toiminnan teorian (1.) olemisen tasoa *sujuvan toiminnan perustaksi*, (2.) tekemisen/työn tasoa *toiminnaksi* sekä (3.) omistamisen/pääoman tasoa *vaikuttamiseksi*.

Ympäristötekijöistä neljä: *SISÄINEN VOIMAVARAISTAMINEN, ENNAKOIVA TUKI, ÄÄNI KUULUVILLE JA TIEDOTTAMINEN* sijoittuvat gerontologisen sosiaalityön haasteena kaikille kolmelle inhimillisen toiminnan tasolle. Kaikilla tasoilla on tärkeää toimia tavalla, joka lisää tietoa niin ikääntyvän oman elämän kuin suunnittelun ja päätöksenteon tueksi sekä rohkaisee ikääntyvää yksin ja yhdessä ottamaan kantaa ja kertomaan kokemuksistaan. Työotteen tulee olla ennakoiva, ikääntyvän puolia pitävä sekä voimavaraistava täyttäen hyvän kohtelun vaatimukset.

1. Olemisen eli elämisen tasolla hyvinvointi on perustarpeiden tyydyttymistä

- *ollen ikääntyvän sujuvan toiminnan perusta*

Niemelän (2008, 2009) toiminnan teoriolla on tarveteoreettinen lähtökohta, niinpä teoriassa olemisen taso on ihmisen toiminnallisuuden kannalta perustavin taso: ihmisen tavoittelema hyvä on tarpeiden tyydytyksestä seuraavaa fyysistä, sosiaalista ja itsenä olemisen hyvää oloa. Fyysis-aineellisia jokapäiväisen elämän perustarpeita ovat asuminen, asuinympäristö, toimeentulo, vaatetus, ravinto ja muut vastaavat asiat, jotka ovat elossa säilymisen ja terveenä pysymisen kannalta välttämättömiä tuottaen ihmiselle hyvää oloa. Olemisen tason sosiaalisella ulottuvuudella ovat ihmisen yhdessä olemisen tarpeet. Liitynnän tarpeiden tyydyttymisessä tärkeitä ovat perhe, sukulaiset ja ystävät. Olemisen kolmas ulottuvuus merkitsee inhimillistä kasvua. Ihmisellä on tarve kasvaa sekä toteuttaa ja todentaa itseään autonomisena ja itsetietoisena ihmisenä. (Niemelä 2008, 226 – 228; 2009, 216 – 217.)

TAULUKKO 5. Kotona omatoimisesti asuvan ikääntyvän toimijuus Niemelän (2009, 218) inhimillisen toiminnallisuuden teorian kehyksessä

Inhimillisen toiminnan taso	Inhimillisen toiminnan ulottuvuudet		
3. Omistaminen / Pääoma	Aineellinen (taloudellinen)	Sosiaalinen (poliittinen)	Henkinen (sivistyksellinen)
<i>Vaikuttaminen</i>	-päättökseen tekoon vaikuttaminen -oma edunvalvonta -ÄÄNI KUULUVILLE -TIEDOTTAMINEN -ENNAKOIVA TUKI -SISÄINEN VOIMA- VARAISTAMINEN	-päättökseen tekoon vaikuttaminen -oma edunvalvonta -ÄÄNI KUULUVILLE -TIEDOTTAMINEN -ENNAKOIVA TUKI -SISÄINEN VOIMA- VARAISTAMINEN	-päättökseen tekoon vaikuttaminen -oma edunvalvonta -ÄÄNI KUULUVILLE -TIEDOTTAMINEN -ENNAKOIVA TUKI -SISÄINEN VOIMA- VARAISTAMINEN
Hyvinvointi resurssina	aineellinen varmuus	sosiaalinen varmuus	henkinen varmuus
2. Tekeminen / Työ Harrastustoiminta Kulttuuritoiminta	Fyysinen tuotantotyö	Sosiaalinen palvelutyö	Henkinen tietotyö
<i>Toiminta</i>	-kodin ylläpitäminen -juoksevien asioiden hoitaminen -itsestään huolehtiminen -fyysinen terveys ja hyvinvointi -oma edunvalvonta PALVELUT -ENNAKOIVA TUKI -TIEDOTTAMINEN -SISÄINEN VOIMA- VARAISTAMINEN -ÄÄNI KUULUVILLE	-psykososiaalinen hyvinvointi -PSYKOSOSIAALINEN OSALLISUUS JA ITSENSÄ TOTEUTUS -VAPAAEHTOINEN TOIMINTA -ENNAKOIVA TUKI -TIEDOTTAMINEN -SISÄINEN VOIMA- VARAISTAMINEN -ÄÄNI KUULUVILLE	-psykososiaalinen hyvinvointi -luova toiminta -PSYKOSOSIAALINEN OSALLISUUS JA ITSENSÄ TOTEUTUS -VAPAAEHTOINEN TOIMINTA -ENNAKOIVA TUKI -TIEDOTTAMINEN -SISÄINEN VOIMA- VARAISTAMINEN -ÄÄNI KUULUVILLE
Hyvinvointi osallisuutena	fyysinen itsensä toteutus ja osallisuus	sosiaalinen itsensä toteutus ja osallisuus	henkinen itsensä toteutus ja osallisuus
1. Oleminen / ”Luonto”	Olemassa oleminen	Yhdessä oleminen	Itsenäisenä oleminen
<i>Sujuvan toiminnan perusta</i>	-asuminen, ravinto, puhtaus, vaatteet, terveys, toimeentulo, liikkuminen -LIKKUMINEN -ASUMINEN -ENNAKOIVA TUKI -TIEDOTTAMINEN -SISÄINEN VOIMA- VARAISTAMINEN -ÄÄNI KUULUVILLE	-perhe-, läheis- ja ystäväsuhteet -VAPAAEHTOINEN TOIMINTA -ENNAKOIVA TUKI -TIEDOTTAMINEN -SISÄINEN VOIMA- VARAISTAMINEN -ÄÄNI KUULUVILLE	- itsensä ilmaiseminen ja sisäiset voimavarat -SISÄINEN VOIMA- VARAISTAMINEN -ENNAKOIVA TUKI -TIEDOTTAMINEN -ÄÄNI KUULUVILLE
Hyvinvointi tarpeen tyydyttymisenä	fyysisesti hyvä olo	suhteissa hyvä olo	itsenä hyvä olo
TOIMINNALLISUUS JA HYVINVOINTI			

Olemisen eli elämisen taso on ikääntyvien *sujuvan toiminnan perusta* (taulukko 5) ja sellaisena tärkeä myös gerontologiselle sosiaalityölle. Sosiaalityön tehtävänä on arvioida kohtaamansa ikääntyvän mahdolliset fyysis-aineelliset, sosiaaliset sekä psyykkiset hyvinvoinninvajeet, tukea häntä saavuttamaan tasapainonsa sekä tarvittaessa ohjata hänet kokonaistilanteen kannalta tarkoituksenmukaisen tuen ja avun piiriin, ellei kulloinkin kysymyksessä oleva hyvinvoinninvaje asiana kuulu sosiaalityöntekijän omaan tehtäväkuvaan. Fyysis-aineellisina tarpeina tälle tasolle asettautuvat tarpeet, jotka ovat ikääntyvien kodin ylläpitämisen, itsestään huolehtimisen sekä fyysisen terveyden ja hyvinvoinnin päämääräkategorioiden perustana: *asuminen, ravinto, puhtaus, vaatteet ja terveys*²⁷. Haastatteluaineistosta ikääntyvien fyysis-aineellisiksi tarpeiksi erottautuivat lisäksi kaiken toiminnan peruslähtökohtina *liikkuminen ja toimeentulo*.

Tarpeista *liikkuminen ja asuminen* abstrahoituiivat tässä tutkimuksessa myös sujuvan toiminnan erityisiksi voimavaraistaviksi ympäristötekijöiksi (*LIKKUMINEN JA ASUMINEN*) kertoen näiden tarpeiden tyydyttymisen tärkeydestä ikääntyvien omaehtoiselle toimijuudelle. Asumisen ja oman kodin merkityksiä on tarkasteltu lähemmin tämän tutkimuksen taustaosuuden luvussa 4.2. (sivu 46). Liikkumista ja ikääntyvien osallistumista koskevissa tutkimuksissa puolestaan korostetaan, että ikääntyvien kokonaistilanteen arvioinneissa tulisi nykyistä enemmän kiinnittää huomiota ikääntyvien harrastus- ja sosiaalisissa toiminnoissa tapahtuneisiin muutoksiin sekä liikkumisen esteisiin. Asia on tärkeä, koska liikkumisen rajoitukset vähentävät mahdollisuuksia ylläpitää elämisen laadun kannalta tärkeitä sosiaalisia aktiviteetteja. Oikea-aikaisilla väliintuloilla on ehkäistävissä ikääntyvien psykososiaalisia, ja myös erilaisia arjen sujumisen ongelmia. (esim. Helin 2000, 194; Ruoppila 2002, 132, 135 - 139; Heikkinen 2008b, 404.)

Tutkimuksen ikääntyvät puhuivat paljon taloudellisen tilanteen tiukkuudesta, kuitenkin mainitsematta toimeentulotukea. Todennäköisesti ainakin joku aineiston ikääntyvistä olisi joskus ollut oikeutettu toimeentulotukeen, esimerkiksi satunnaisesti tervey-

²⁷ Kun ikääntyvän toimintakyky heikkenee, fyysis-aineellisten tarpeiden voimavaraistaviksi ympäristötekijöiksi määrittävät itsestään selvinä *PALVELUT*. Tutkimuksen ikääntyvät olivat siinä määrin toimintakykyisiä, että määritin *PALVELUT* toiminnan tasolle voimavaraistamaan ikääntyvien omaehtoista toimijutta.

denhoitokustannusten vuoksi²⁸. *Toimeentulon* perustarve näyttäytyi tässä tutkimuksessa lähinnä omaan edunvalvontaan kuuluvana raha- ja paperiasioiden hoitamisena erilaisine etuisuus- ja palveluhakemuksineen sekä oikeusturvakysymyksineen, sekä edunvalvontaan liittyvänä ulkopuolisen tuen ja asianajon tarpeina.

Yhdessä olemisen tarpeiden tyydyttymisen kannalta keskeisiä ovat ikääntyvien perheenjäsenet ja sukulaiset, joihin tutkimuksen ikääntyvät pitivät yhteyttä, joiden kanssa he viettivät perhejuhlia ja joiden hyvinvoinnista he huolehtivat. Haastatteluaineistosta vain yhdellä ikääntyvällä (vapaaehtoisia lähimmäisiä lukuun ottamatta) oli puoliso. Puoliso merkitsi seuraa, keskustelua, lohdutusta ja huomiota. Puolison tuki ja apu myös vähensivät muun avun tarvetta. (myös Andersson 2007, 30 - 31, 82.) Ikääntyvien sosiaalisten suhteiden ja liittynän merkitykset kasvavat perherakenteiden muuttuessa: perheet pienenevät, hajoavat ja lapset ovat kaukana. Tutkijat pitävät haasteena erityisesti 80 vuotta täyttäneiden yksinasuvien ja leskeksi jääneiden naisten elämänlaatua (Bond, Dittmann-Kohli, Westerhof & Peace 2007, 304, 307.)²⁹ Yksin asuminen ja leskeys yhdistyneenä heikentyneeseen toimintakykyyn, huonoksi koettuun terveyteen ja masentuneisuuteen aiheuttavat yksinäisyyttä³⁰ (Tiikkainen 2006, 65). Yksinäisyyteen kietoutuu usein tur-

²⁸ Vuonna 2005 Sosiaaliturva -lehdessä olleen uutistiedon mukaan Suomessa yli 65-vuotiaista naisista 31 % jää alle köyhyysrajan ja miehistä 23 % : ihmisellä on käytössään alle 60 % kansallisesta mediaanitulosta (Sosiaaliturva 2005). Vuonna 2006 kolmasikäisistä eli 60 - 79-vuotiaista (N = 1229) 18 % koki menojen kattamisen olevan melko hankalaa ja 9 % hankalaa tai erittäin hankalaa. Naiset ja vanhempi ryhmä kokivat menojen kattamisen hankalaksi hieman muita useammin. (Vaarama & Ollila 2008, 119 -121.) Pelkän kansaneläkkeen varassa eläviä naisia oli vuonna 2005 noin 40 000, köyhyysriskissä ovat myös hyvin vähäistä työeläkettä saavat. Tilanne heidän kohdallaan huononee sairaus- ym. kustannusten lisääntyessä ikääntymisen myötä. (Jokinen 2005, 8.) Toimeentulotukeen turvaututaan kuitenkin vähäisessä määrin (60 – 79-vuotiaista miehistä 1 % ja naisista 3 % (Vaarama & Ollila 2008, 126). Sosiaalitoimistossa asiointia vierastetaan, mutta tilannetta selitetään myös tyytyväisyysparadoksiksi kutsutulla ilmiöllä. Suurin osa kaikkein pienituloisimmista eläkeläisistä kokee toimeentulonsa helpoksi. Osaltaan objektiivisesti mitatun tilanteen ja kokemuksen välistä ristiriitaa selitetään kohortilla: vanhin väestönosa on tottunut tinkimään menoistaan ja tulemaan toimeen vähällä. (Kautto, Palomäki, Rantala & Tuominen 2009, 300.)

²⁹ Vuoden 2007 lopulla 75 vuotta täyttäneiden yhden hengen asuntokuntia oli 59,1 % vastaavanikäisten asuntokunnista. Väestön ikääntyessä myös yksinasuvien suhteellinen määrä lisääntyy. Yksinasuminen ja leskeytyminen ovat palvelutarvetta lisääviä indikaattoreita niin miehillä kuin naisilla; yksinäisiä naisia on vanhimmissa ikäryhmissä miehiä enemmän. (Tilasto ja indikaattoripankki SOTKANet.) Vuonna 2007 syntyneiden poikien elinajanodote on 75,9 vuotta ja tyttöjen 82,9 vuotta (Tilastokeskus). Enemmän tulisi kiinnittää huomiota iäkkäisiin yksinasuviin ja vailla lähiomaisten tukea asuviin pitkäaikaissairauksia sairastaviin naisiin, mikäli halutaan ehkäistä laitoshoitoon joutumista (Helin 2000,192).

³⁰ Tiikkaisen (2006, 34 - 35) Ikivihreät-aineistoon perustuvassa tutkimuksessa 80-vuotiaista (N = 494) 11,9 % ja 85-vuotiaista (N = 277) 12,3 % koki yksinäisyyttä usein tai aina.

vattomuus³¹, joka liittyy pelkoihin toisten avusta riippuvaiseksi joutumisesta, muistin heikkenemisestä ja laitoshoitoon joutumisesta sekä eläketulojen niukkuuteen (Laitalainen, Helakorpi & Uutela 2008, 14, 125 - 126). Kun ikääntyvän sosiaalinen verkosto on harva ja ohut, gerontologisen sosiaalityön tehtävänä on ikääntyvän voimavaraistaminen puhumaan tilanteestaan sekä hakeutumaan ihmisten ja harrasteryhmien pariin. Joissakin tilanteissa kokemus välittämisestä ja tarpeellisuudesta perustuu ystävyyteen vapaaehtoisen lähimmäisen kanssa, jonka mahdollistava ympäristöresurssi *VAPAAEHTOINEN TOIMINTA* sijoittuu tälle tasolle.

Noin puolet ikääntyvistä kokee olevansa stressaantunut (Vaarama & Ollila 2008, 123).³² Ikääntyvän sosiaalinen ja itsenä olemisen hyvä olo kulkevat käsi kädessä. Sujuvan toiminnan perustana ne näyttävät tarpeina, jotka ovat psykososiaalisen hyvinvoinnin päämääräkategorioiden perustana: *perhe-, läheis- ja ystäväsuhteet, itsensä ilmaiseminen* sekä toimijuuden perustana olevat *sisäiset voimavarat*. Inhimillinen kasvu ja itsensä toteuttaminen saavat tukea erityisesti tutkimuksen ikääntyviä *SISÄISESTI VOIMAVARAISTAVISTA* ympäristötekijöistä.

2. Tekemisen tasolla hyvinvointi on osallisuutta ja osallistumista

- ikääntyvän toimintaa

Niemelän (2008, 2009) toiminnan teoriassa tekemisen käsite on laaja-alainen sisältäen työn lisäksi harrastus- ja kulttuuritoiminnan. Tekemisen merkitys ihmiselle on merkittävä; tekemisellä mm. luodaan resursseja (pääomaa) tyydyttämään olemisen eli elämän tarpeita. Tekeminen on fyysistä tuotantotyötä tai sen sosiaalisella ulottuvuudella suhteiden luomista esimerkiksi asuinyhteisössä, yhdistyksissä, järjestöissä ja seurakunnassa. Inhimillisen kasvun ulottuvuudella tekeminen on ihmisen henkistä toimintaa, kuten oppimista ja koulutusta. (Niemelä 2008, 228 – 229; 2009, 219 – 220.)

³¹ Eläkeikäisen väestön terveyskäyttäytyminen ja terveys (EVTK) -postikyselytutkimuksen mukaan vuonna 2007 65 - 84-vuotiaista naisista noin 72 % (N = 944) koki turvattomuudentunnetta ja vastaavan ikäisistä miehistä (N = 903) noin 61 % (Laitalainen ym. 2008, 125 - 126).

³² Vuonna 2006 kolmasikäisistä eli 60 - 79-vuotiaista (N = 1229) 47 % koki olevansa stressaantunut kysyttäessä "tilannetta, jossa ihminen tuntee itsensä jännittyneeksi, levottomaksi, hermostuneeksi, ahdistuneeksi tai hänen on vaikea nukkua asioiden vaivatessa jatkuvasti mieltä" (Vaarama & Ollila 2008, 121 - 122).

Tekemisen eli *toiminnan* tasolle (taulukko 5) sijoittuvat fyysis-aineellisena tekemisenä haastatteluaineiston ikääntyvien toiminnan päämääräkategorioiden: *kodin ylläpitäminen, juoksevien asioiden hoitaminen, itsestään huolehtiminen, fyysinen terveys ja hyvinvointi sekä oma edunvalvonta* ja näitä voimavaraistavana ympäristönä *PALVELUT*. Haastatteluaineiston perusteella palveluihin tulee kuulua keskusteluapua sekä käytännön juoksevien asioiden asiointi- ja asianajoapua sekä remontti- ja talonmiespalveluja. Ikääntyvien sosiaalista ja henkistä tekemistä edustaa toiminnan päämääräkattegoria *psykososiaalinen hyvinvointi*; henkistä tekemistä on lisäksi ikääntyvien *luova toiminta*. Voimavaraistavina ympäristötekijöinä kummassakin ovat erityisesti *PSYKOSOSIAALINEN OSALLISUUS JA ITSENSÄ TOTEUTUS SEKÄ VAPAAEHTOINEN TOIMINTA*. Toiminta on kaiken keskiössä vahvistaen kumuloivasti ikääntyvän omaehtoista toimijuutta niin sisäisinä voimavaroina kuin fyysis-aineellisen, sosiaalisen ja henkisen pääoman karttumisena. Gerontologisen sosiaalityön tehtävänä ei ole vain varmistaa sujuvan toiminnan perustana olevien tarpeiden tyydyttyminen vaan kohdata ikääntyvä toimijana sekä tukea ja luoda edellytyksiä toimijuuden toteutumiselle.

Haastatteluaineiston ikääntyvät toivoivat omien tarpeidensa huomioon ottamista sekä palvelujen valinnaisuuksia. Valinnanvapaudella on toimintateoreettinen lähtökohta; valinnan mahdollisuus voimavaraistaa sekä tekee yksilön tekemisen ja olemisen mielekkääksi. Valinnanvapaus sisältää vapauden valita itselleen mieluisan palvelun, palvelun tuottajan, ammattilaisen ja palvelun ajankohdan. (Julkunen 2008, 201, 203.) Valinnaisuuksia toivottiin myös harraste- ja kulttuuritoimintaan. Moni haluaisi ylläpitää aktiiviteettejaan, mikäli niiden järjestämisessä otettaisiin paremmin huomioon mm. liikkumisen ja toimintakyvyn heikkenemisestä johtuvat rajoitukset (myös Helin 2000, 194). Oikeus valinnanmahdollisuuksiin tulee olla myös ikääntyvillä, joiden taloudellinen tilanne rajoittaa osallisuuden ja osallistumisen mahdollisuuksia.

3. Omistamisen tason hyvinvointi on resurssien omistamista

- vaikuttamista ikääntyvien asemaan

Niemelän (2008, 2009) toiminnan teoriassa omistaminen on aineellista, sosiaalista ja henkistä. Aineellistaloudellista pääomaa symbolisoi raha tuottaen ihmiselle aineellista varmuutta. Sosiaalinen pääoma puolestaan syntyy luottamukseen perustuvasta sosiaalisesta ja yhteiskunnallisesta toiminnasta. Resurssina sosiaalinen pääoma on sosiaalista

eli yhteiskunnallista valtaa. Kuten sivuilla 44 todettiin, ihminen, jolla on hallussaan sosiaalisen aseman tuomia valtaresursseja voi kokea keskimääräistä enemmän varmuutta ja turvallisuutta. Henkinen pääoma, jota yleensä pidetään tavoiteltavana ja arvostettuna syntyy inhimillisestä kasvusta ja itsensä toteuttamisesta. Tällä omistamisen ulottuvuudella henkinen prosessointi on kiteytynyt tiedoksi, joka resurssina lisää varmuutta ja antaa ihmiselle enemmän mahdollisuuksia elämässään. (Niemelä 2008, 229 – 230; 2009, 220 – 222.)

Omistamisen eli *vaikuttamisen* tasolle (taulukko 5), sen kaikille ulottuvuuksille asetuvat tutkimuksen päämääräkategorioiden *päätöksentekoon vaikuttaminen ja oma edunvalvonta* sekä voimavaraistavina ympäristötekijöinä erityisesti *ÄÄNI KUULUVILLE JA TIEDOTTAMINEN*. Ikääntyvien tarpeita vastaavat asumisratkaisut, liikenne- ja kuljetusjärjestelyt, palvelut sekä taloudellista toimeentuloa tukevat ratkaisut ovat sujuvan toiminnan mahdollistavaa aineellistaloudellista pääomaa. Sosiaalinen ja henkinen pääoma näyttävät itseään toteuttavana ja autonomisena ikääntymisenä. Ikääntyvällä on sosiaalinen turvaverkko sekä tietoa ja kykyä käsitellä elämän kolhuja sekä tehdä elämäänsä koskevia ratkaisuja. Gerontologisen sosiaalityön on vaikutettava ikääntyvien asemaan sekä kasvatettava pääomia. Tämä tapahtuu tuottamalla tietoa ikääntyvien hyvinvoinninvajeista, puhumalla heidän puolestaan (advocacy), voimavaraistamalla ikääntyviä osallisuuden heitä itseään koskevissa asioissa sekä vaikuttamalla ympäristön rakenteisiin, jotta ikääntyvien osallisuus voi toteutua. Osallisuuden mahdollistavien rakenteiden lisäksi on vaikutettava ikääntyviä sisäisesti voimavaraistaviin arvostuksiin. Richard Sennett (2003, 3) puhuu kunnioitusvajesta ja siitä, että ihmistä tulee kunnioittaa ja hänen olemassaololleen nähdä merkitys silloinkin, kun hän on heikko ja avun tarpeessa. Kunnioittamisvajeen täyttämällä poistetaan yhteiskunnan eriarvoisuutta sekä tasoitetaan ageismin jalanjalkia.

10.2 Sosiaalisuuden edistämistä

Sosiaalihuoltolaki ja sosiaalihuollon erityislait³³ muodostavat gerontologisen sosiaalityön lainsäädännöllisen perustan. Lakiin perustuvina tehtävinä sosiaalityöntekijät päät-

³³ Sosiaalihuoltolaki (710/1982), Laki sosiaali- ja terveydenhuollon asiakasmaksuista (734/1992), Laki toimeentulotuesta (412/1997), Laki vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista (380/1987), Laki omaishoidon tuesta (937/2005) sekä Päihdehuoltolaki (41/1986) (FINLEX).

tävät tehtäväkuviensa mukaan mm. vanhusten ympärivuorokautisen hoidon ja asumisen paikkojen, toimeentulotuen, kuljetuspalvelujen, toimeentulotuen tai omaishoidon tuen myöntämisestä. Ikääntyvän toimijuuteen perustuvan hyvinvointityön näkökulmasta tämä päätöksenteko kohdentuu Niemelän (2008, 2009) toiminnallisuuden teorian fyysis-aineelliselle ulottuvuudelle ja siinä erityisesti olemisen tasolle. Kyse on sosiaalityön tehtävästä turvata ikääntyvien perustarpeiden tyydyttyminen. Näihin perustarpeisiin liittyvät, ikääntyvän kuntoisuuden niin vaatiessa, myös erilaiset sosiaali- ja terveydenhuollon palvelut. Holistiseen ihmiskäsitykseen perustuvan hyvinvointityön näkökulmasta fyysis-aineellisten perustarpeiden tyydyttyminen on välttämättömän tärkeää, mutta vain osa ikääntyvän kokonaisvaltaista hyvinvointia. Tästä näkökulmasta ymmärtää sosiaalityölle byrokratia- ja palvelutyönä kohdennetun kritiikin, sen että painopiste on yhteiskunnallisen ympäristön sijasta asiakkaassa ja asiakkaan sijasta paperitöissä (ks. sivut 14 – 15, 21).

Mikko Mäntysaari (2006, 129) arvostelee sosiaalityötä siitä, että se tulkitsee toimintansa sosiaalisesti lähinnä vain siksi, että sen taustalla on *sosiaalihuoltolain* niminen lainsäädäntö unohtaen sosiaalisuuden arvoperustan. Tämä arvoperusta näkee sosiaalityön tehtäväksi yhteisöllisen solidaarisuuden edistämisen; työskentelyn avuttomien, sorrettujen ja syrjäytyneiden väestöryhmien kanssa sekä yhteisöjen rakentamisen (Specht 1990, 1995, Mäntysaaren 2006, 128 - 129 mukaan). Heikki Ikäheimo (2008) puolestaan pohdii sosiaalisen ongelman määrittelyä. Hän ehdottaa, että sosiaalisella ongelmalla ymmärrettäisiin aidon (tai sosiaalisen) sosiaalisuuden puutetta, murenemista tai ohenemista suhteissa, joiden osapuolina on yksilöitä, yhteisöjä ja/tai instituutioita. Sosiaalityön hän näkee työksi sosiaalisuuden edistämiseksi - kuten terveyden edistäminen on terveydenhuollon tehtävä - sekä työksi sosiaalisten ongelmien, eli aidon sosiaalisuuden puutteen eri muotojen ehkäisemiseksi, vähentämiseksi tai poistamiseksi. Sosiaalisuudessa keskeisiä ovat yhteisöllisen toiminnan edistäminen, niiden monimuotoistaminen ja niihin osallistumisen edellytysten luominen. Ikäheimo katsoo sosiaalityön tehtäväksi edistää olosuhteita, joissa sosiaalinen välittäminen, kunnioittaminen sekä yhteistoiminnallisuus elävät, joissa yksilöt kokevat tulevansa rakastetuiksi, kunnioitetuiksi ja arvostetuiksi ja joissa heillä on psyykkisiä voimavaroja omata näitä asenteita toisiaan kohtaan. (Ikäheimo 2008, 20 - 22, 25 - 26.)

Gerontologinen sosiaalityöntekijä on sosiaalisen osaaja (esim. Koskinen 2003a, 357; 2008, 443), jonka ydintehtäviä ikääntyvän perustarpeiden tyydyttymisen rinnalla ovat hänen liittämisenä sosiaalisiin suhteisiin sekä ihmisten väliseen luottamukseen perustuvan sosiaalisen pääoman vahvistaminen. Käytännössä sosiaalinen ja psyykkinen toimintakyky kulkevat käsi kädessä, niinpä sosiaalisen tuki merkitsee myös psyykkistä tukemista (Ruoppila 2002, 147). Gerontologinen sosiaalityö vastaa haastatteluaineiston ikääntyvän (H3/1) toiveeseen: *"Olis niin hauskaa olla joukon mukana."* Sellaisena sosiaalityön paikaksi muotoutuu Niemelän (2008, 2009) inhimillisen toiminnallisuuden eri tasojen (olemisen / *sujuvan toiminnan perustan turvaamisen*, tekemisen / *toiminnan tukemisen* sekä pääoman / *vaikuttamisen*) sosiaalinen ulottuvuus (taulukko 5). Sosiaalisen eri tasojen ymmärtämistä lisää niiden tarkastelu kuntouttavan sosiaalityön, yhteisötyön sekä rakenteellisen sosiaalityön orientaatioina; ennalta ehkäisyyn ja varhaisen puuttumisen sisältyessä kaikkiin näihin orientaatioihin. (Karjalainen & Sarvimäki 2005, 37 – 41.)

1. Kuntouttavalla sosiaalityöllä perusta sujuvalle toiminnalle

Tutkimusaineiston ikääntyvien tunneilmaisuja jäljittelemällä muodostui kuva toimijuutta voimavaraistavista ympäristötekijöistä. Olennaisiksi muodostuivat ympäristötekijöiden sisäisesti voimavaraistavat merkitykset. Sujuva toiminta perustuu ikääntyvän psykososiaaliseen hyvinvointiin, jonka tukeminen on kuntouttavan gerontologisen sosiaalityön erityisenä tavoitteena. Sen periaatteina ovat empowerment, yksilön subjektiivisuus ja toimijuus, täysivaltaisuus, osallisuus ja vastuullisuus sekä kulttuuristen erojen tiedostaminen ja kunnioittaminen. Tavoitteina on luoda, palauttaa ja ylläpitää omaehtoisen selviytymisen, hyvän elämälaadun ja elämänhallinnan edellytyksiä, ehkäistä syrjäytymistä, tukea ikääntyvien itsenäisiä ja myönteisiä elämänvalintoja sekä täysivaltaista kansalaisuutta. (Karjalainen & Sarvimäki 2005, 43.)

Gerontologisen sosiaalityö edistää ja turvaa edellytykset ikääntyvien sisäiseen voimavaraistumiseen, mutta myös itse antaa dialogista keskusteluapua ikääntyvän omien voimavarojen aktivoimiseksi. Olennaista on asiakkaan kohtaaminen ja kuunteleminen. Tämä kohtaaminen perustuu ikääntyvän toimijuuden ja sosiaalisen tilanteen kokonaiskartoitukseen, jossa tunteet ovat voimavarojen maamerkkejä. Tutkimusaineiston ikääntyvät tarvitsivat tukea SOC -prosessissaan - ratkaisuvaihtoehtojen löytämiseksi ja valintojen

tekemiseksi toimintakyvyn heikkenemistä seuraavissa elämän muutostilanteissa sekä näihin muutoksiin sopeutumisessa. He tarvitsivat myös tukea sosiaalisen liittymisen sekä itsensä kehittämisen edellytysten selvittämisessä. Oikean tiedon saaminen valinnoista, oikeuksista, säädöksistä, normeista ja vaikuttamismahdollisuuksista sinällään on tärkeää. Tieto on valtaa (Niiniluoto 2000, 39 - 40), joka auttaa yksilöä toteuttamaan haluamaansa toimijuutta.

2. Yhteisötyö luo toiminnan edellytyksiä

Hyvinvoinnin toiminnan tasolla gerontologiselta sosiaalityöltä odotetaan aktiivista toimijuutta, jalkautumista kentälle. Taso on haaste yhteisötyön orientaatiolle, jossa yksilöt, perheet ja ryhmät nähdään osana sosiaalisia verkostoja. Sosiaalityön tehtävinä ovat ikääntyvien elinoloihin vaikuttaminen paikallisella tasolla, heidän osallisuutensa tukeminen erilaisissa arjen verkostoissa sekä heidän kokemustensa vahvistaminen täysivaltaisesta kansalaisuudesta. Tavoiteltavaa on vastavuoroiseen kumppanuussuhteeseen (ks. Juhila 2006, 123 -137) perustuva verkostoituminen kolmannen sektorin kanssa; erilaiset yhdistykset ja vanhustyötä tekevät julkiset yhteisöt ylläpitävät ikääntyvien sosiaalisia verkostoja, vapaaehtoistyötä sekä oma-apuryhmien toimintaa tuottaen, myös tämän tutkimuksen ikääntyville arvokasta psykososiaalista hyvinvointia. (Roivainen 2002, 225 - 227; Koskinen 2003b, 227 - 229; Ikäneuvo-työryhmä 2009, 55 - 56.)

Haastatteluaineiston ikääntyvät puhuivat innostuneesti kokemuksistaan asumisen yhteisöllisyydestä. Tätä yhteisöllisyyttä edesauttoivat asuinrakennuksessa olevat erilaiseen asukaskokoontumiseen ja harrastustoimintaan tarkoitetut tilat³⁴. Toiminnan vetäjät olivat asukkaita tai ulkopuolisia vapaaehtoisia tai palvelutalossa tarkoitukseen palkattu henkilö. Yhteinen toiminta lisäsi asukkaiden keskinäistä avunantamista toisilleen sekä turvallisuutta siitä, ettei jää yksin; periaatteessa arjen askareita, kuten ruoanlaittoa voitaisiin tehdä yhdessä. Yhteisötyönä gerontologisen sosiaalityön tulee edistää ikääntyvien asumisen sosiaalisuutta, aktivoita asukastoimintaa ja ryhmäaktiiviteetteja sekä edistää alueellisten matalan kynnyksen kohtaamispaikkojen syntymistä sekä tiedon välittämistä.

³⁴Tutkimuksen haastateltavat mainitsivat tällaisiksi asukastoimintaa aktivoiviksi tiloiksi kerhotilat, jumppasalin, kuntosalin, ”kortti”(peli)huoneen, juhlasalin, kirjaston, biljardisalin sekä pihapiirin puutarhakatutaukset ja pelikentän.

tä ikääntyvien elämisen paikoissa. (esim. Karjalainen & Sarvimäki 2005, 48 - 49; Mokka & Neuvonen 2006, 51 - 53, 71; Ikäneuvo-työryhmä 2009, 16, 18 - 19.)

Gerontologisen sosiaalityöntekijän tulee sosiaalisen asiantuntijana monipuolistaa työtapojaan ja olla aktiivinen myös erilaisten ikääntyvien vertais- ja tukiryhmien suhteen; itse toimia ryhmän kokoajana ja vetäjänä tai ohjata ikääntyviä erilaisiin olemassa oleviin toimintamuotoihin sekä edesauttaa ryhmien muodostumista. Ryhmätoiminnassa sosiaalityöntekijä voimavaraistaa yksilöitä, saa arvokasta tietoa ikääntyvien arjesta ja heidän voimavaroistaan sekä luo sosiaalisen pääoman kannalta tärkeää ikääntyvien ja viranomaisten välistä luottamusta. Hyviä kokemuksia on saatu mm. osallistujia voimavaraistavista elämänkerrontaryhmistä, joissa ikääntyvät kertovat omasta elämästään ja joissa yhdessä kootaan elämänpalasia yhteen (Palomäki 2004) sekä sosiaalipedagogisiin ja luoviin työtapoihin perustuvasta psykososiaalisesta kuntoutuksesta³⁵. Sosiaalipedagogisen työn periaatteita ovat toiminnallisuus, elämyksellisyys, tunteiden kohtaaminen sekä yhteisöllisyys (Andreev & Salomaa 2005, 163 – 167). Eräs sen muodoista on yhteisöjen sosiokulttuurinen innostaminen, jossa yhdistyvät kasvatuksellinen, sosiaalinen ja kulttuurinen työote. Tämä kolmitahoisuus muodostaa kokonaisuuden, jonka avulla pyritään ihmisten yhteisöllisen kokemuksen sekä persoonallisten arvojen kehittymiseen sekä siihen, että ihmiset itse toteuttaisivat prosesseja. (Kurki 2000, 46 - 47.) Leena Kurki (2007, 76 - 78, 83, 94 - 107, 115 - 116) kannustaa sosiokulttuurisen innostamiseen myös vanhustyössä. Innostamisen tavoitteena on auttaa ikääntyviä löytämään uusia rooleja niiden tilalle, joita ovat menettäneet, että he kykenisivät toteuttamaan itseään persoonina, ottamaan osaa yhteisölliseen elämään ja integroitumaan laajempaan yhteiskuntaan myönteisellä ja osallistuvalla tavalla. Tavoitteena on, että ikääntyvien ääntä kuullaan ja heitä arvostetaan.

Harrastus-, taide- virike- ja vapaaehtoistoiminta sekä elinikäinen oppiminen sellaiseen voimavaraistavat ikääntyviä ja lisäävät terveyttä ilman, että niihin liittyy sosiaali-

³⁵ Yksinäisyyden lievittämisessä ja keskinäisen ystäväystymisen tukemisessa tuloksellisiksi ovat osoittautuneet taide- ja virike-, senioritanssi- ja liikunta- sekä terapeutin kirjoittamisen ja ryhmäterapien interventiot (Routasalo & Pitkälä 2005, 26 - 27). Hyviä psykososiaalisia tuloksia on saatu myös esim. Seniorikeskusteluryhmätoiminnasta (www.senioripysakki.fi, Viitattu 3.8.2009) sekä luovuuteen, elämyksellisyyteen, toiminnallisuuteen ja yhteisöllisyyteen perustuvasta muistelutyöstä. Muistelutyö antaa mahdollisuuden olla näkyvissä, olla osa yhteisöä ja toteuttaa itseään. Yhdessä tekeminen synnyttää me-henkeä. (Hohenthal-Antin 2009, 24 – 35.) Kaikki toimintatapoja, jotka sopivat soveltaen myös gerontologisen sosiaalityön työmenetelmiksi tai jotka gerontologisen sosiaalityöntekijän tulee tuntea osatakseen ohjata asiakkaansa niiden pariin.

sen muutoksen tavoitetta tai ovat luonteeltaan terapeuttisia. Gerontologinen sosiaalityö tukee tarvittaessa yhteisötyönä toiminnan organisoitumista toimitila-, ohjaaja- ja avustusasioineen. Vapaaehtoistoiminnassa ihmisiä palkitsee suhde omaan ystävään, mutta myös toiminnan yhteisöllisyys, yhteinen vastuullisuus, samanhenkisten ihmisten olemassaolo sekä osallisuus johonkin suurempaan ja merkitykselliseen toimintaan. Kuten tutkimuksen haastateltavakin totesi, merkitystä on sillä, kuinka vapaaehtoistoiminta organisoidaan, miten hyvin vapaaehtoisista pidetään huolta, onko vapaaehtoisella vaikutusmahdollisuuksia organisaatiossa ja kokeeko hän olonsa arvostetuksi ja turvallisiksi muiden vapaaehtoisten joukossa. Kaikkeen toimintaan vaikuttavat myös yhteiskunnalliset reunaehdot: vapaaehtoisuuden rahoitus ja arvostus. (Hokkanen 2003a, 47 -58, 95 -96; 2003b, 264.)

Järjestöt vahvistavat sosiaalista pääomaa ja yhteenkuuluvuutta. Toiminnassa mukana olevilta eläkeläisiltä on paljon opittavaa ja heitä tulisi kuulla, kun kehitetään uusia ja vahvistetaan olemassa olevia ikääntyvien psykososiaalisia tukimuotoja (Ruoppila 2002, 143 – 145). Merkittävä osa sosiaalisesta kanssakäymistä tapahtuu kuitenkin järjestöjen ulkopuolella, erilaisissa epämuodollisissa yhteisöissä ja verkostoissa, kuten tutkimusaineiston ikääntyvillä Eijan klubissa tai torilla tuttuja moikaten. Sopivissa vertaisryhmissä masentuneet ja yksinäiset ikääntyvät voivat tuntea olevansa hyödyllisiä sekä ihmisiä ihmisten joukossa. Vahvistamalla ikääntyvien epävirallista verkostoitumista voidaankin psykososiaalisen hyvinvoinnin vajeita torjua usein tehokkaammin kuin erilaisilla viranomaispalveluilla. (Mokka & Neuvonen 2006, 9.) Gerontologiselta sosiaalityöltä vaaditaan tällöin hienotunteista osaamista, ikääntyvien voimavaraistamista settlementityön tavoin taka-alalla toimien (Sennett, 2003, 131). Markku T. Hyyppä (2005, 45 - 50, 157) innostaa vapauttamaan me-hengen, sillä yhdessä toimiminen edistää terveyttä ja pidentää ikää yhtä tehokkaasti kuin tupakoimattomuus ja tehokkaammin kuin laihduttaminen. Me-henki kehittyy luottamuksesta ja vuorovaikutuksesta sekä kasvattaa sosiaalista pääomaa. Hän neuvoo - ohjeeksi myös gerontologisen sosiaalityön sosiaaliseen liitännähtävään:

"Vanhalle väelle, joka potee yksinäisyyttä ja luottamuksen hiipumista, suosittelen yksinkertaisesti kirkkokuoroa tai sitä vastaavaa yhteisöllistä toimintaa. Mikä tahansa puuhastelu, siis askartelu, käsityöt, puutarhanhoito tai lastenlasten hoitaminen, pidentävät elämää. On mentävä mukaan vapaaehtoisesti ja etsittävä sopiva eläkeläisten porukka. Vanhenevan ja eläkkeelle siirtyvän kannattaa etukäteen valmistella sitä, miten käyttää äkkiä lisääntyvän vapaa-aikansa." (Hyyppä 2005, 165.)

3. Vaikuttamista rakenteellisella sosiaalityöllä

Pauli Niemelän (2004) tutkimuksen mukaan sosiaalinen pääoma näyttäytyy kuntatasolla mm. hyvänä hallinnointina ja demokratian toimivuutena, sosiaalisen vastuun ja huolenpitotehtävän toteutumisena, asukkaiden osallistumisena kunnalliseen toimintaan, heidän keskinäisinä tukiverkkoina ja vastavuoroisena auttamisena, asumisen, liikkumisen ja työssäkäynnin turvallisuutena, yhdistystoimintana ja vapaaehtoistyönä, seurakuntatoimintana sekä yhteisymmärrystä, yhteisyyttä ja avunantoa edistävinä arvoina (Niemelä 2004, 84 – 85). Kaikki asioita, joita myös tämän haastatteluaineiston ikääntyvät toivat esille. Gerontologisen sosiaalityöntekijän tulee vaikuttaa yhteiskunnalliseen ja kunnalliseen päätöksentekoon ikääntyvien sosiaalisen, ja myös aineellisen ja henkisen pääoman edellytysten turvaamiseksi. Näin toimiessaan sosiaalityöntekijä kartuttaa ikääntyvien arvostuksiin ja asemaan vaikuttavaa arvokasta symbolista pääomaa (luku 4.1, s. 44). Rakenteellisessa vaikuttamistyössään sosiaalityöntekijä hyödyntää asiakas- ja yhteisötyössä saamaansa tietoa ikääntyvien arjesta sekä ikääntyvien kokemuksia hyvinvoinnin vajeista ja voimavaraistavien ympäristötekijöiden toimivuudesta.

" - - so with older people it is not age that is the barrier to life fulfilment but the environment in which they live" (Bond ym. 2007, 303).

Vaikuttaminen tapahtuu giddensiläisen rakenteistumisteorian (Giddens 1985) hengessä: ikääntyvät eivät vain sosiaalistu olemassa olevaan ympäristöön vaan toimiessaan muuttavat rakenteita, jotka vaikuttavat toimijuuden edellytyksiin. Sosiaalista pääomaa kartuttava rakenteellinen sosiaalityö perustuu sosiaalityön arvoihin ikääntyvien osallisuuden vahvistamisesta sekä syrjintään perustuvan ageismin vastustamisesta (Raunio 2009, 92). Osallisuuteen³⁶ sisältyy ajatus aktiivisesta toimijasta, joka haluaa, osaa ja saa toimia välittömänä vaikuttajana itselleen tärkeissä yhteiskunnallisissa asioissa. Ikääntyviä yhteiskunnalliseen ja kunnalliseen toimintaan osallistavia foorumeita ovat erilaiset asukas-toimikunnat ja alueryhmät, eläkeläisten neuvottelukunnat, järjestöt ja vanhusneuvostot.

Anu Leinonen (2006, 117 - 119) toteaa, että vanhusneuvostot ovat osin epäonnistuneet edunvalvontatehtävässään mm. siksi, että kunnan strategiakieli on usein eläkeläisille

³⁶ Osallisuuden mahdollisuuksia on useita. Se voi olla tieto-osallisuutta, joka on ikääntyvien oikeutta saada ja tuottaa tietoa, asioiden valmisteluun liittyvää suunnitteluosallisuutta, päätöksentekoon liittyvää päätösosallisuutta tai toimintaosallisuutta, joka on ikääntyvien omaa toimintaa elinympäristössään tai palvelu- ja toimintayksiköissä, esimerkiksi talkoovoimin toteutettava ympäristön ylläpito tai palvelujen tuottaminen. (Valtioneuvosto 2002, 4 -5.)

vierasta. Hän toteaa edelleen, että ristiriitaisuudestaan huolimatta julkisen hallinnon puolelta tuleva vetoapu edunvalvontatehtävissä voi tästä syystä olla hyvä vaihtoehto (Barnes 2005, Leinosen 2006, 117 mukaan). Tämä vetoapu konkretisoituneena vanhusneuvoston sihteerin ja esittelijän tehtäviksi sopii rakenteellista sosiaalityötä tekevälle gerontologiselle sosiaalityöntekijälle. Osallisuuden tukemista on myös ikääntyvien kannustaminen lehtikirjoitteluun tai puolustamaan oikeuksiaan viranomaisverkostoissa. Voimavaraistumisen kannalta olennaista on saada ikääntyvän ääni kuuluville. Ääntä kuuntelemalla ja haastamalla dialogiin ikääntyvät motivoituvat ottamaan yhä enemmän selvää omista valinnoistaan ja mahdollisuuksistaan sekä lisäämään hyvinvointiaan yhteistoiminnassa muiden kanssa. (Mokka & Neuvonen 2006, 8, 89 – 90.)

11 POHDINTA

11.1 Tutkimusprosessin arviointi

Tutkimukseni perustuu metodologisesti konstruktionistiseen tiedonmuodotukseen, joka on luonteeltaan hermeneuttista ja dialektista. Tulkitsin ja pyrin ymmärtämään kotona asuvan ikääntyvän toimijuutta ollen valintoineni osa tutkittavaa ilmiötä. Kvalen (1996, 237) mukaan laadullisen tutkimuksen luotettavuuden tarkastelussa on arvioitava sen teoreettista johdonmukaisuutta, tutkimusasetelmaa, haastattelujen toteutusta ja puhtaak-sikirjoittamista, aineiston analysointia sekä tutkimuksen raportointia. Lisäksi on arvioi-tava tutkimuksen eettisyyttä (Tuomi & Sarajärvi 2006, 138), joka todentuu tutkijan va-lintoina kaikissa edellä luetelluissa tutkimusprosessin vaiheissa (Kvale 1996, 111).

Tutkimusasetelma määrittellään tutkimustehtävän ehdoilla (Wengraf 2004, 14). Tärkeitä ovat kohderyhmän ja menetelmän valinnat. Tarkoituksena oli löytää vastaus tutkimus-kysymyksiini, jotka koskivat kotona omatoimisesti asuvien ikääntyvien toimijuutta, voimavaraistavia ympäristötekijöitä sekä gerontologista sosiaalityötä toimijuuden voi-mavaraistajana. Olin kiinnostunut ikääntyvien arjesta sellaisena kuin he siitä kertoivat. Avoin haastattelu aineistonkeruumenetelmänä tuotti haastateltavien näköisen aineiston, jollaista tavoittelinkin. Haastateltava oli tutkimuksessa merkityksiä luova ja aktiivinen osapuoli (Hirsijärvi ym. 2005, 194), mikä mahdollisti yksilöllisen ikääntymisen koh-taamisen. Avoin haastattelu toteutettiin yksilö- sekä fokusryhmähaastatteluina. Kohde-ryhmän valinta yksilöhaastatteluihin tapahtui määrittämieni kriteereiden mukaan.

Fokusryhmähaastatteluihin valittavilta lähimmäisvapaaehtoisilta ja ulkoiluystäviltä edellytettiin, että heidän ikääntyvät ystävänsä täyttivät yksilöhaastatteluihin valittavien kriteerit. Fokusryhmien tarkoituksena oli lisätä tutkimuksen luotettavuutta. Ryhmähaas-tatteluissa oli mahdollista saada yhtä aikaa tietoa usealta vapaaehtoiselta useasta kotona asuvasta ikääntyvästä. Suljin pois mahdollisuuden, että Vanhusten tuki- ja kohtaamis-paikka Poijun asiakkaista valittu, lukumäärältään pieni ryhmä yksilöhaastateltavia antai-si ikääntyvien arjesta kapea-alaisen tai vinoutuneen kuvan. Oli mahdollista, että Poijuun hakeutuneet olisivat muita aktiivisempia henkilöitä. Mahdolliset erot tasoittuivat, kun fokusryhmien myötä tutkimusaineisto kasvoi ja ikäjakauma laajeni 30 vuoden mittai-seksi eläkeläisyydeksi. Arvioin kohderyhmävalintaani onnistuneeksi, mutta myös yllä-tykselliseksi. Kohderyhmää valittaessa en osannut odottaa, että vapaaehtoiset lähimmäi-

set puhuisivat niin paljon toimijuudestaan ikääntyvien ystävinä. Kun yksilöhaastateltavien joukossa sattui lisäksi olemaan vapaaehtoistyössä oleva lähimmäinen, sai vapaaehtoistyö ansaittua näkyvyyttä tutkimustuloksissa. Pohdin kohderyhmän vaikutusta tutkimustuloksiin. Laadullisessa tutkimuksessa on tärkeää, että henkilöt, joilta tietoa kerätään tietävät tutkittavasta ilmiöstä mahdollisimman paljon ja heillä on kokemusta asiasta (Tuomi & Sarajärvi 2006, 87 - 88). Valitsin vapaaehtoiset lähimmäiset kohderyhmäksi kotona asuvien ikääntyvien arjen asiantuntijoina, mutta he osoittautuivat myös vapaaehtoistoiminnan asiantuntijoiksi antaen tutkimukselle tärkeän lisäarvon³⁷.

Mahdollisimman tarkka tutkimusprosessin kuvaus edesauttaa laadullisen tutkimuksen luotettavuutta, mistä syystä tutkijan on avoimesti esitettävä valintansa ja tulkintansa perusteet. (Varto 1992, 112; Kiviniemi 2001, 79 – 81). Olen pyrkinyt raportoimaan tarkasti haastattelujen ja haastatteluaineiston analyysiprosessin kuvaukset sekä omien lähtökohtieni ja menettelytapojeni perustelut. Raportointia varmensivat tutkimusprosessin aikana tekemäni muistiinpanot. Puhtaaksi kirjoittamani nauhoitukset kuuntelin ja vertasin kirjoittamaani tekstiin, lisäksi kirjoittaminen sujui lyhyinä pätkinä: kirjoitin, kuuntelin ja jatkoin eteenpäin. Pidin tärkeänä taltioida haastateltavien murteellisen puheen tavoittaakseni lauserakenteiden ja painotusten merkitykset. Tutkimusraporttia kirjoittaessani päädyin noudattamaan Kvalen (1996, 172 - 173) neuvoa sitaattien siistimisestä. Luettavuuden lisäämiseksi puhekieltä on vähän kirjakielitetty ja täytesanoja (kuten "totta") poistettu. Kaikki raportin sitaatit olen kuunnellut vielä kertaalleen nauhalta tarkistaakseni niiden oikeellisuuden.

Tutkimuksen luotettavuuden tarkastelussa on otettava huomioon myös tiedonantajien käyttäytyminen haastattelutilanteissa. Haastatteluaineisto on aineistoa vain tietyistä keskustelusta, joka käydään tietyssä paikassa ja tietyssä aikana (Wengraf 2004, 1). Haastateltavat ehkä halusivat suojella yksityisyyttään tai antaa itsestään hyvän kuvan, mistä syystä he puhuisivat jossakin toisessa tilanteessa jotakin aivan muuta (Hirsjärvi ym. 2005, 195 - 196). Tulkitsen, että yksilöhaastatteluihin osallistuminen oli ikääntyville

³⁷ Haastattelututkimuksen (kohderyhmä 15 - 74 -vuotiaat; N = 997) mukaan suomalaisten osallistuminen vapaaehtoistoimintaan on aktiivista: 37 % suomalaisista on osallistunut vuosina 2000 - 2001 johonkin vapaaehtoistoimintaan. Aikaa vapaaehtoistoimintaan he käyttivät lähes 18 tuntia kuukaudessa; eniten yli 50-vuotiaat ja eläkeläiset eli runsas 22 tuntia kuussa. Iäkkäimpiä suomalaisia kiinnostavat vapaaehtoistoiminnassa terveys- ja sosiaaliasiat, uskonnollinen toiminta, maanpuolustus sekä asuinalue toiminta. He osallistuvat keskimääräistä useammin myös kulttuuriin ja taiteisiin liittyvään vapaaehtoistoimintaan. Tärkein vapaaehtoistoimintaan motivoiva tekijä on halu auttaa muita. (Yeung 2002, 10, 24 – 25, 28, 32.)

aluksi jännittävä tilanne. Haastateltavat olivat valmistautuneet näyttämään tutkijalle ensimmäiseksi omaelämäkertansa ja perhekuvansa, sairauskertomuksensa tai kasvi- maansa. Joku toinen taas pidättäytyi hyvin asiallisella linjalla ja piti turvallisena keskustelua opiskelustani. Haastateltavat, kukin omalla tavallaan aloittivat haastattelutilanteen, josta oli luontevaa ohjata keskustelu heidän arkipäiviensä sisältöön. Eräs haastateltavista totesikin haastattelun päätteeksi: "Tässä keskustellaan niin kuin ei mitään, et haastateltavakin unohtaa koko asian." Arvioin näin käyneen muidenkin haastateltavien osalta. Kun lisäksi tapasin kaikki yksilöhaastateltavat vähintään kaksi kertaa, sain mielestäni tutkimustehtävän kannalta tarkoituksenmukaisen aineiston, jota fokusryhmäläiset keskusteluillaan täydensivät.

Vanhustutkimuksen ikäeettiset kysymykset liittyvät toimintakyvyn rajoitteisiin. Heikko näkö, kuulo ja liikkumisen tai muistamisen vaikeudet voivat rajoittaa tutkimukseen osallistumista tai lisätä oikeuksien loukkaamista (Nikander & Zehner 2006, 516 - 517). Yksityisyyden kunnioittaminen on tärkeimpiä tutkimuseettisiä normeja. Yksityisyyden suoja on itsemääräämisoikeuden kunnioittamista sekä haastatteluaineiston luottamuksellista käsittelyä ja raportointia. (Kuula 2006, 124 - 137.) Tutkimukseeni osallistuminen perustui haastateltavien informoituun ja kirjalliseen suostumukseen. Vain yhden haastateltavan näkö oli erikseen otettava huomioon vanhusten ikäeettisenä kysymyksenä. Koska tekstin lukeminen ja kirjoittaminen tuottivat vaikeuksia, informoin häntä suullisesti tutkimuksen tarkoituksesta ja nauhoitin suostumuksen tutkimukseen osallistumisesta. Itsemääräämisoikeus toteutui tutkimusmenetelmäksi valitussa avoimessa haastattelussa, sillä haastateltavat itse määrittivät, mitä itsestään ja ajatuksistaan halusivat tutkijalle kertoa. Aineiston käsittelyssä on noudatettu salassapitoa ja tutkimustulosten raportoinnissa on häivytetty haastateltavien tunnistettavuus. Tässä tarkoituksessa olen muuttanut raportoinnissa joitakin haastatteluaineiston yksityiskohtia. Tutkimusaineisto hävitetään haastateltaville annetun lupauksen mukaisesti lisensiaatintyön tultua hyväksytyksi. Salassapito oli tärkeää myös tutkimuksen vapaaehtoisille lähimmäisille, jotka eivät missään vaiheessa kertoneet ikääntyvistä ystävistään nimillä tai osoitetiedoilla tai kertoneet heistä mitään hyvin henkilökohtaista; toiminnan periaatteisiin kuuluu, että vapaaehtoinen ei kysele ystävänsä henkilökohtaisia asioita.

Tutkimusasetelman suunnittelussa ja aineiston analysoinnissa olen käynyt vuoropuhelua metodi- ja tutkimuskirjallisuuden kanssa. Olen pyrkinyt teoreettiseen ja käsitteelliseen

ehyteen sekä tutkimuksen validiuteen. Olennaista on, että käytetyt käsitteet ja teoriat heijastavat tutkittavaa ilmiötä, ts. tutkimus koskee sitä, mitä sen on oletettu koskevan (Hirsjärvi & Hurme 2000, 187): kotona omatoimisesti asuvan ikääntyvän toimijuuden, voimavarojen sekä ympäristötekijöiden määrittämää gerontologista sosiaalityötä. Tutkimuksen luotettavuuden arviointiin kuuluvat myös tutkijaan liittyvien tekijöiden tarkastelu (Patton 1990, 472). Olen pyrkinyt näkemään aineiston erilaisia lukutapoja ja toteuttamaan tutkimuksen eri vaiheet objektiivisesti ja oikeaoppisesti, mutta tulkinnoissa ja tulosten raportoinnissa on epäilemättä mukana pitkään vanhustyön erilaisissa tehtävissä olleen tutkijan ääni - jo itse tutkimustehtävä on muotoutunut ammatillisista tarpeista. Kokeneisuus on antanut valmiuksia kohdata ikääntyviä ihmisiä sekä sensitiivisyyttä kuunnella heidän elämäntilanteitaan. Tilanneherkkyyttä ovat lisänneet lisäksi tutkijan kokemukset omista iäkkäistä läheisistään. Omaa koulutuksellista ja kokemuksellista tietämystäni ei pidä nähdä vain tutkimuksen luotettavuutta vähentävänä tekijänä, vaan onnistuneen tulkinnan ja ymmärtämisen hyvänä lähtökohtana. (esim. Holstein & Gubrium 1995, 45 - 46.)

11.2 Tulosten yhteenveto ja tarkastelu

Tutkimuksessani olen tarkastellut kotona omatoimisesti asuvien ikääntyvien toimijuutta heidän itsensä ja vapaaehtoisten ystävien kertomina. Tarkoituksena on ollut ikääntyviä kuulemalla määrittää gerontologisen sosiaalityön sisältöä. Tutkimuksen lähtökohtina ovat olleet halu kehittää vanhustyötä asiakaslähtöisesti sekä halu irrottaa gerontologisen sosiaalityön tarkastelu SAS-toiminnasta. Tutkimuksellinen valinta on merkinnyt mielenkiinnon kohdentumista ikääntyvien yksilöllisyyteen, samalla hämärtäen kolmannen ja neljännen iän rajapintaa. Valinta on myös merkinnyt gerontologisen sosiaalityön enakoivan näkökulman korostumista sekä gerontologisen sosiaalityön laaja-alaisen tehtävän avautumista ikääntyvien hyvinvoinnin ja sosiaalisuuden edistäjänä ja turvaajana.

Tutkimus on rakentunut toiminnan teorian, sosiaalisen ikääntymisen ja ikääntyvien voimavarojen teoreettiseen perustaan sekä sosiaalityötä ja gerontologista sosiaalityötä koskevaan tietoon. Haastatteluaineiston analysoinnissa asiakaslähtöisyyden avaimina ovat toimineet toimijuuden modaliteetit: "osata", "kyetä", "voida", "täytyä", "haluta" ja "tuntea" (Jyrkämä 2007a, 207). Erityisesti modaliteetit "haluta" ja "tuntea" ovat olleet tärkeitä ikääntyvien yksilöllisten tarpeiden tulkkeja.

Gerontologisen sosiaalityön määrittämiseen liittyvän tutkimustehtävän olen operationaalisoinut kolmeksi tutkimuskysymykseksi: 1) *Millaista on kotona omatoimisesti asuvan ikääntyvän toimijuus?*, 2) *Millainen on kotona omatoimisesti asuvan ikääntyvän toimijuutta voimavaraistava ympäristö?* sekä 3) *Millaista on kotona omatoimisesti asuvan ikääntyvän toimijuutta voimavaraistava gerontologinen sosiaalityö?* Keskiössä ovat ikääntyvän toiminta, hänen voimavaransa sekä elinympäristön toiminnan toteutumiselle tarjoamat edellytykset. Näiden tekijöiden keskinäisen tasapainon olen ymmärtänyt kotona omatoimisesti asuvan ikääntyvän hyvinvoinniksi. Olettamukseni on ollut, että gerontologinen sosiaalityö on hyvinvointityötä, joka toimintana kohdentuu ikääntyvän toimijan ja ympäristön väliseen vuorovaikutukseen.

Vastauksen saaminen kolmanteen, gerontologista sosiaalityötä koskevaan tutkimuskysymykseen edellytti ikääntyvien toiminnan sekä toimintaa voimavaraistavien ympäristötekijöiden abstrahointia haastatteluaineistosta. Tutkimustehtävän kannalta merkittäviksi havainnoiksi osoittautuivat:

- toiminta itsessään on ikääntyvää voimavaraistava tekijä
- toiminnalle on esteitä, jotka voidaan ympäristötekijöillä tasoittaa
- nämä ympäristötekijät ovat konkreettisia asioita, toimintatapoja ja päätöksentekoa, joiden vaikuttavuus määrittyy ikääntyvää sisäisesti voimavaraistavista merkityksistä.

Tutkimuksessa gerontologinen sosiaalityö määrittyi Niemelän (2008, 2009) toiminnan teoriaan tukeutuen ikääntyvän toimijuutta voimavaraistavaksi kokonaisvaltaiseksi hyvinvointityöksi. Tämä hyvinvointityö sisältää toisiinsa vaikuttaen ikääntyvän fyysis-aineellisen, sosiaalisen ja henkisen toimijuuden. Sosiaalityön työorientaatioiden (Karjalainen & Sarvimäki 2005, 37 – 41): kuntouttavan sosiaalityön, yhteisötyön sekä rakenteellisen sosiaalityön läheisempi tarkastelu lisäsivät hyvinvointityön sosiaalisen ulottuvuuden ymmärtämistä.

Gerontologinen sosiaalityö määrittyi kokonaisvaltaiseksi ikääntyvän toimijuuteen perustuvaksi hyvinvointityöksi ja tästä hyvinvointityöstä jäsenytyväksi ikääntyvän sekä ikääntymisen sosiaalisuuden edistämiseksi.

Gerontologisen sosiaalityöntekijän tulee olla kiinnostunut ikääntyvästä asiakkaastaan toimijana; hänelle omaehtoisen selviytymisen ja hyvinvoinnin kannalta tärkeästä toi-

minnasta (mitä ikääntyvä "haluaa", mitä "osaa" ja mihin "kykenee"?) Tässä tutkimuksessa kotona omatoimisesti asuvan ikääntyvän merkityksellinen toiminta rakentui:

- kodin ylläpitämisestä, juoksevien asioiden hoitamisesta, itsestään huolehtimisesta, fyysisestä terveydestä ja hyvinvoinnista, psykososiaalisesta hyvinvoinnista, luovasta toiminnasta, omasta edunvalvonnasta sekä päätöksentekoon vaikuttamisesta, mikä toteutui useimmiten kokemuksista puhumisena sekä purkautumisena kanssaihmisille.

Rinnan toiminnan *on kuultava ikääntyvän puhetta ympäristötekijöistä, jotka hän kokee ("tuntee") toimintaansa vaikeuttaviksi tai voimavaraistaviksi (onko onnistumisen ja "voimisen" kokemuksia vai onko ikääntyvän "pakko" luopua itselleen tärkeistä asioista?).* Tämän tutkimuksen voimavaraistavat ympäristötekijät liittyivät:

- liikkumisen ja asumisen mahdollisuuksiin, palvelujen monipuolisuuteen, mahdollisuuksiin toteuttaa itseään sekä kokea psykososiaalista osallisuutta, vapaaehtoiseen toimintaan, ennakoivaan tukeen, ikääntyvien äänen kuuluville saamiseen sekä tiedottamiseen. Olennaista oli, miten ympäristö kohteli ikääntyvää, piti hänestä huolta, aktivoi ja kannusti, oli hänen puolellaan ja tuki ratkaisunteossa. Hyvä ympäristö sisälsi työntekijöitä, jotka ovat kivoja, iloisia ja ystävällisiä, tuttuja, luotettavia ja turvallisia sekä joustavia.

Myös gerontologinen sosiaalityöntekijä on ikääntyvän voimavaraistava ympäristötekijä. Tärkeitä ovat sosiaalityöntekijän vuorovaikutus asiakkaan kanssa, asiakkaan liittäminen erilaisiin voimavaraistaviin ympäristötekijöihin sekä tällaisten ympäristötekijöiden syntymisen edistäminen.

Hyvinvointityönä gerontologinen sosiaalityö kohdentuu kokonaisvaltaiseen ja monitasoiseen ihmisen ja ympäristön väliseen suhteeseen. Tämä suhde on Rauhalan (2005) ihmiskäsitykseen perustuen holistinen, mutta myös monitasoinen sisältäen ikääntyvän sujuvan toiminnan mahdollistavien perustarpeiden tyydyttymisen, ikääntyvän toiminnan sekä aineellisen, sosiaalisen ja henkisen pääoman karttumisen.

Tutkimusaineiston ikääntyvillä perustarpeiden tyydyttyminen merkitsi liikkumisen ja asumisen tarkoituksenmukaisia ympäristöratkaisuja. Lisäksi useilla toimeentulon niukkuus oli ilmeistä, näyttäytyen edunvalvonnallisena ulkopuolisen tuen ja asianajon tarpeina. Vapaaehtoinen ystävä oli tärkeä tilanteissa, joissa ikääntyvän sosiaalinen verkosto oli kaventunut. Ikääntyvän psyykkiselle hyvinvoinnille merkityksellistä puolestaan oli kaikki se ympärillä oleva, jolla oli sisäisesti voimavaraistava vaikutus. Ikääntyvät olivat elämässä mukana toimien. Toimintaa edesauttoivat erilaiset palvelut sekä psy-

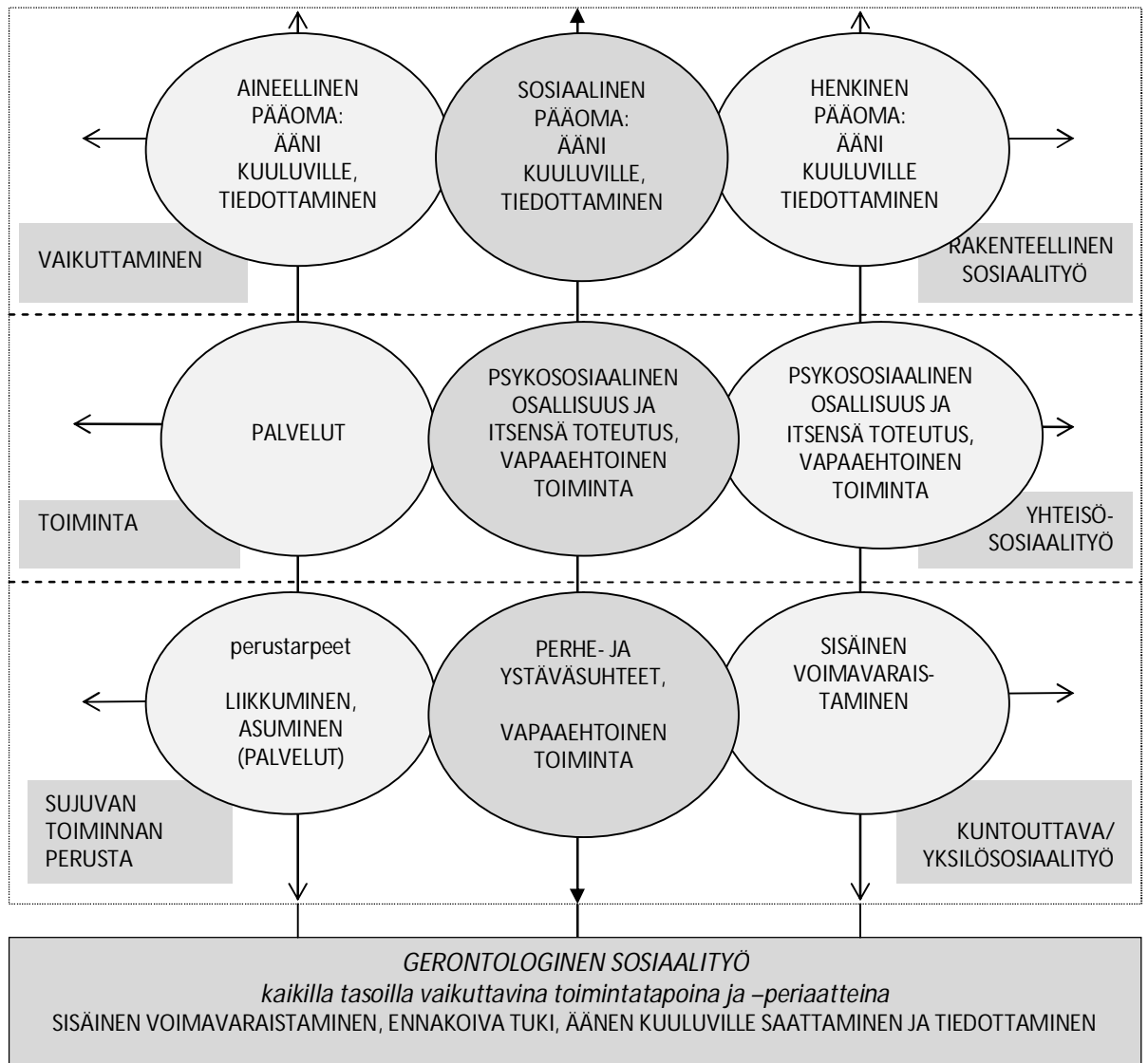
kososiaalisen osallisuuden, itsensä toteutuksen ja vapaaehtoisen toiminnan mahdollisuudet. Ikääntyvän perustarpeiden tyydyttymiseen sekä toimintaan liittyvä hyvinvointi synnyttää aineellista, sosiaalista ja henkistä pääomaa, mikä puolestaan edistävää ikääntyvän kokonaisvaltaista hyvinvointia. Ageismin vähentämiseksi hedelmällisintä on vaikuttaa rakenteisiin, joissa ikääntyminen konstruoituu. Tutkimusaineistossa tätä vaikuttamista tukivat ikääntyvien kuuleminen, heidän puolestaan puhuminen, ikääntyvien voimavaraistaminen osallisuuteen heitä itseään koskevissa asioissa sekä tietojen antaminen niin ikääntyville itselleen kuin päätöksentekijöille.

Tutkimusaineistossa ennakoiva tuki, tiedottaminen, sisäinen voimavaraistaminen sekä ikääntyvän äänen kuuleminen olivat toimijuutta voimavaraistavia ympäristötekijöitä kaikilla ikääntyvän ja ympäristön vuorovaikutuksen tasoilla. Sellaisina ne ovat tärkeitä gerontologisen sosiaalityön toimintatapoja ja -periaatteita tuettaessa ikääntyvien hyvinvointia ja omaehtoista kotona asumista.

Hyvinvointityönä gerontologinen sosiaalityö on jäsennettävissä kuntouttavan sosiaalityön, yhteisötyön ja rakenteellisen sosiaalityön orientaatioiksi. Sosiaalityö liikkuu yksilön, yhteisön ja yhteiskunnan tasoilla, kaikki tasot toisiinsa vaikuttaen. Laajasta asiakokonaisuudesta gerontologinen sosiaalityö keskittyy perustarpeiden tyydyttymisen rinnalla olennaiseen, sosiaalisen edistämiseen.

Sosiaalisen edistäjänä gerontologinen sosiaalityöntekijä kohtaa ikääntyvän toimijan dialogisessa vuorovaikutuksessa hänen omien voimavarojensa esille saamiseksi ja käyttöön ottamiseksi sekä varmistaa toimijan perustarpeiden tyydyttymisen. Sosiaalityöntekijä jalkautuu kentälle, vahvistaa ikääntyvien sosiaalisia verkostoja ja yhteisöllisyyttä, liittyy sosiaalityöhön ikääntyvien vertaisryhmiä ja vapaaehtoista toimintaa sekä tukee harraste- ym. toiminnan organisoitumista. Rakenteellisella tasolla gerontologinen sosiaalityöntekijä vaikuttaa päätöksentekoon ikääntyvien osallisuuden, sosiaalisen pääoman sekä sosiaalisen turvallisuuden vahvistamiseksi sekä aktivoi ikääntyviä toimimaan etujensa puolestapuhujina.

Olen rakentanut tutkimuksellani yhtä mahdollista gerontologisen sosiaalityön näkökulmaa, jonka kokonaisuus on kuvattu kuviossa 4. ▼



KUVIO 4. Gerontologinen sosiaalityö kotona omatoimisesti asuvan ikääntyvän toimijuuteen perustuvana sosiaalisuuden edistäjänä

Tutkimuksen tieto kiinnittyy kotona omatoimisesti asuvien turkulaisten ikääntyvien kesän ja syksyn 2007 haastatteluaineistoon. Kertojina olivat ikääntyneet itse sekä ikääntyvien vapaaehtoiset lähimmäiset ja ystävät. Haastatteluaineiston analysointi oli aineistolähtöistä ja teoriaohjautunutta. Tulosten yleistettävyyttä arvioitaessa on otettava huomioon, että ikääntyvien toiminta tapahtuu aina tietyssä paikassa ja tietyssä aikana. Myös ikääntyvien haluaminen, osaaminen ja kykeneminen ovat kontekstisidonnaisia (ks. kuvio 1, sivu 38). Ikääntyvät eivät ole yhdenvertaiset esimerkiksi saamansa tuen suhteen eri asuinpaikkakunnilla ja vaihtelua on sen suhteen, mitkä ympäristötekijät kul-

loisessakin elämäntilanteessa painottuvat ikääntyvän voimavaraistumiselle merkitykselliseksi. Yksittäiset ympäristötekijät tai mahdolliset erot esimerkiksi kaupunki- tai maaseutu-ympäristössä asuvien tai eri kulttuuritaustaisten ikääntyvien toiminnan välillä eivät kuitenkaan ole olennaisia, kun gerontologista sosiaalityötä määritetään. Olennaista on, että gerontologisen sosiaalityön asiakas kohdataan toimijana, jonka toiminnan kokonaisuuden sosiaalityöntekijä kulloinkin kartoittaa sekä etsii hyvinvointityönä sekä sosiaalisen edistäjänä ratkaisuja ikääntyvän ja ympäristön "tilanteellisen eheyden" (Jyrkämä 2008, 201) saavuttamiseksi. Tämän tutkimuksen ikääntyvien toiminnan kategoriat ja toimintaa voimavaraistavien ympäristötekijöiden luokitus antavat ymmärryksen siitä, kuinka ikääntyvät ovat elämässä monin tavoin kiinni ja kuinka laaja-alaisella orientaatiolla heidät tulee kohdata. Tutkimus antaa myös esimerkin modaliteetti -mallin käyttökelpoisuudesta.

Gerontologisella sosiaalityöllä on useita määritelmiä ja määritelmät muuttuvat ajan hengessä. Valitsin tutkimukseni lähtökohdaksi kansainvälisestä sosiaalityön määritelmästä johdetun gerontologisen sosiaalityön määritelmän (Seppänen 2006, 12, 47) erotuksella, että korvasin vanhus -käsitteen ikääntyvällä:

" - -. Gerontologisen sosiaalityön tavoitteena on vahvistaa ikääntyvien hyvinvointia edistäviä olosuhteita, yhteisöjen toimivuutta sekä ikääntyvien toimintakykyisyyttä. Gerontologinen sosiaalityö on luonteeltaan muutostyötä, joka perustuu yksilöiden, perheiden, ryhmien ja yhteisöjen *sosiaalisten ongelmien* tilannearviointiin ja ratkaisuprosesseihin."

Huomaan etäännyneeni tästä määritelmästä. Sosiaalisten ongelmien tilannearviointi ja ratkaisuprosessit ovat muuttuneet ikääntyvien kokonaisvaltaisen toimijuuden, sosiaalisuuden sekä voimavarojen tilannearvioinniksi ja ratkaisuprosesseiksi. Olen tutkimusprosessin kuluessa lähestynyt ikäihmisten palvelujen laatusuosituksen gerontologisen sosiaalityön määritelmää:

" - -. Gerontologinen sosiaalityö on elämänhallintaa ja itsemääräämisoikeutta tukevaa työtä. - -." (Sosiaali- ja terveysministeriö & Suomen Kuntaliitto 2008.)

Määrittämäni gerontologinen sosiaalityö vastaa laatusuosituksen tavoitteita ehkäisevästä toiminnasta, terveyden ja hyvinvoinnin edistämisestä sekä eri toimijoita yhdistävistä suunnitteluprosesseista. Pitkälti kyse on käsitevalinnasta, puhutaanko eri tekstiyhteyksissä ikääntyvien sosiaalisista ongelmista tai elämää haittaavista tekijöistä (ks. taulukko 1, sivu 23). Tässä tutkimuksessa ei tavoitettu kotona omatoimisesti asuvien ikääntyvien

sosiaalisia ongelmia³⁸, elämää haittaavia tekijöitä sen sijaan oli. Tutkimustuloksia arvioidessa perusteltua on pohtia ikääntyvän "haluamista", toiminnan tavoitetta, johon haastatteluaineiston analysointi perustui. Ikääntyvien toimintaan liittyvä haluaminen oli tutkimusaineistossa yleisten arvojen ja normien mukaista - entä jos ikääntyvän toiminnan tavoite ei sitä olisi ollut? Ikääntyvän asiointimatka olisi suuntautunut esimerkiksi alkoholiliikkeeseen, ei vain kerran tai pari, vaan useammin viestittäen mahdollisesta päihdeongelmasta³⁹. Tulisiko silloinkin tukea hänen toimijuuttaan järjestämällä kuljetuspalvelua, entä kuka määrittää "liian" rajat?

Ikääntyneiden suhde alkoholiin on yksilöllinen ja monisyinen ilmiö. Jyrki Jyrkämä pohtii ikääntyvien alkoholinkäyttöä "alkoholitoimijuutena" soveltaen tarkasteluunsa tutuksi tulleita modaliteetteja (Jyrkämä 2007c). Yksilön näkökulmasta toimijuutta määrittävät fyysinen "toimintakyky" ja "osaaminen", joka tässä tapauksessa tarkoittaa omaksuttuja alkoholin käyttötapoja. Olennaisia ovat myös alkoholinkäytön tavoite, "haluaminen" sekä "voiminen", millaisia mahdollisuuksia ja vaihtoehtoja on. "Täytyä" -ulottuvuus viittaa tilanteessa mahdollisesti oleviin pakkoihin ja paineisiin: ehkä ikääntyvän mahdollinen alkoholiriippuvuus on nähtävissä osana tätä ulottuvuutta. Ratkaisevan tärkeää on myös "tunteminen", se, miten ikääntyvä näkee, kokee, arvioi ja arvostaa alkoholinkäyttöä omalta osaltaan kulloisessakin tilanteessa. Ikääntyvä itse arvioi toimijuuttaan, mutta lisänsä modaliteettien tarkasteluun tuovat omaiset ja läheiset sekä ikääntyvän kanssa mahdollisesti vuorovaikutuksessa oleva ammattihenkilöstö. (Jyrkämä 2007c, 13, 18 – 19.)

Ikääntyvän alkoholitoimijuus on asetettavissa samaan gerontologisen sosiaalityön hyvinvointityön ja sosiaalisuuden edistämisen kehykseen kuin muukin hänen toimijuuten-

³⁸ Sosiaalinen ongelma on yksilön ja yhteisön väliseen suhteeseen liittyvä yhteiskunnassa vallitsevien arvojen tai normien vastainen ilmiö, jota esiintyy suhteellisen paljon ja jolla on merkittävä vaikutus yhteiskunnassa (Stakes 2006).

³⁹ Yhä useampi käyttää alkoholia, mutta keskimääräinen viikoittainen alkoholimäärä on pysynyt ennallaan: 65 – 79-vuotiaiden, viimeisen vuoden aikana alkoholia käyttäneiden naisten määrä on lähes kaksinkertaistunut vuodesta 1985 vuoteen 2005 ja miehet ovat jossain määrin siirtyneet oluesta väkevään alkoholiin. Ikääntyneiden hoitoon johtavat alkoholiongelmat ovat kiistatta lisääntyneet. Pulmallisia ikääntyneiden alkoholinkäytössä ovat lääkkeiden ja alkoholin yhteisvaikutukset, krooniset sairaudet, toimintakyvyn aleneminen sekä kaatumiset ja tapaturmat. (Sulander 2007, 25 – 29.) Ikääntyvien alkoholinkäytön riskitekijöitä ovat puolison tai läheisen kuolema ja muut elämän kriisit ja traumat, sairaudet ja kipu, oman toimintakyvyn heikkenemisestä seuraava elämän yksitoikkoistuminen, tarpeettomuuden tunne, yksinäisyys, masennus ja mielialavaihtelut, nuoremmalla iällä opitut alkoholin käyttötavat, esim. runsas alkoholin käyttö tai nautinnonhakuinen elämä, kuten seurustelun ja ruokailun yhteydessä käytetty alkoholi (Levo 2008, 54 - 55).

sa. Perustarpeiden tyydyttymisen ja sosiaalisen liitännän painotukset määrittyvät yksilöllisesti, mahdollisesti selittäen ikääntyvän päihdekäyttäytymistä; voimavaraistavina palveluina hän saattaa tarvita erityisiä päihdepalveluja. Rakenteellisen vaikuttamisen tasolla gerontologinen sosiaalityöntekijä puolestaan vaikuttaa mm. ikääntyvien erityispiirteet huomioon ottavien päihde- ja mielenterveyspalvelujen saatavuuden ongelmiin sekä ratkaisuihin, joilla lisätään vanhustyöntekijöiden päihdeongelmien osaamista.

Päihde-esimerkki antaa luottamusta siihen, että modaaliteetti-malli sekä toimijuus- ja voimavaralähtöinen tarkastelu sopivat erilaisten, myös haittaavien elämäntilanteiden sekä yhteiskunnallisen vaikuttamisen tarkasteluun. Gerontologinen sosiaalityöntekijä on sosiaalisen asiantuntija niin yksilö-, yhteisö- kuin yhteiskunnankin tasolla. Sosiaalinen on ikääntyvän olomuotoisuutta, kaikkea sitä, mihin hän toimijana on suhteessa. Merkitystä on sillä, millä painotuksin ja mistä näkökulmasta tätä suhdetta määritellään. Olennaista on kysyä, onko ikääntyvien sosiaalisen asiantuntijuus gerontologisen sosiaalityön käsissä vai tapahtuuko ikääntyvän ja ympäristön välisen suhteen määrittely toimintaympäristön taloudellisten edellytysten, lääke-, hoito- tai oikeustieteellisen osaamisen ehdoilla.

12 TÄSTÄ ETEENPÄIN

Kuultuaan tutkimustehtäväni eräs haastateltavista (H6/1) totesi osuvasti: "Ne on aika kovia hommia noi, usko tahtoo pittää välillä. Aihealuekin on niin valtavan laaja, et siihen voi kerätä koko maailman." Sosiaalityö, ja myös tämän tutkimuksen gerontologinen sosiaalityö on kerroksellinen ja laaja-alainen. Tullakseen näkyväksi on määriteltävä kulloisenkin toimintaympäristön gerontologisen sosiaalityön prosessi. Tämän prosessin tavoitteina ovat kokonaisvaltainen ikääntyvän toimijuuteen perustuva hyvinvointityö ja tästä hyvinvointityöstä jäsentyvä sosiaalisuuden edistäminen. Pääprosessissa ovat yksilö-, yhteisö- ja rakenteellisen vaikuttamisen tasot. Nämä tasot on konkretisoitava sekä jäsennettävä kunkin tason gerontologisen sosiaalityön työprosessit⁴⁰. Oleellista on määrittää sosiaalityön verkostot ja kumppanuussuhteet sekä sosiaalialan ammatillisen henkilöstön keskinäiset työnjaot. Sosiaalityö ja sosiaalipalvelut tukevat toisiaan: on määritettävä, mikä prosesseissa on sosiaalipalvelua, jonka tehtävänä on auttaa normaalin arkielämän sujumisen ja arjessa selviytymisen tarpeisiin, mikä interventiivistä sosiaalityötä, jolla pyritään saamaan aikaan muutosta erityisissä elämää haittaavissa tilanteissa (Raunio 2009, 48, 58).

Oleennaista on, että prosessin eri tasojen työntekijät sisäistävät gerontologisen sosiaalityön kokonaisuuden. Yksi ja sama sosiaalityöntekijä ei kykene kaikkeen, siksi hänellä on oltava pää- ja työprosessien tavoitteista johdettu tehtäväkuvaus. Sosiaalityöntekijä hallitsee tehtävänsä, mutta hänellä tulee olla myös laajempi sosiaalityön näkemys sekä vastuu prosessin eri tasojen keskustellessa keskenään. Prosessin määrittely on kontekstidonnaista riippuen siitä, miten kulloisetkin vanhuspalvelut on organisoitu ja miten palveluja tuotetaan sekä minkälaisin ammattinimikkein ja tutkintotodistuksin työtä tehdään. Tavoite on, että pääprosessin ja sen eri tasojen omistajuus on sosiaalitieteellisen ja erityisesti sosiaalityön koulutuksen saaneiden asiantuntijoiden käsissä.

Ikääntyvä toimijana on yhteisöllinen ja yhteiskunnallinen olento, mistä syystä ihmisen toiminnallisuuden analyysi on aina ihmisen toiminnan ja yhteiskunnan välisen suhteen

⁴⁰ Prosessikartta on organisaation sisäisen ja ulkoisen viestinnän väline. Prosessit kertovat asiakkaille, työntekijöille ja yhteistyökumppaneille, miten organisaatio, tässä tapauksessa gerontologinen sosiaalityö toimintaympäristössään toimii, keitä ovat sen asiakkaat ja millaisiin asiakkaiden tarpeisiin sosiaalityö vastaa. Prosessien määrittäminen edellyttää selkeää käsitystä gerontologisen sosiaalityön ja sen toimintaympäristön päämääristä ja tavoitteista. (ks. esim. Virtanen & Wennberg 2005, 119 – 123.)

analyysiä (Niemelä 2009, 231). Yliopistokoulutuksen saanut gerontologinen sosiaalityöntekijä on laajojen sosiaalisten kokonaisuuksien ymmärtäjä ja koordinoija, jonka käytännöt eivät vielä ole vakiintuneita. Kaikki uusi ja haasteellinen edellyttää toimintaympäristön eri ammattiryhmien yhteistä, ja myös sosiaalityön sisäistä keskustelua, tavoitteiden asettamista sekä osaamisen lisäämistä. Koulutuksellista tukea tarvitaan, jotta ymmärretään, mitä pitää kehittää ja kun tiedetään suunta, koulutusta tarvitaan toimintatapojen ja työmenetelmien monipuolistamiseksi. Tarvitaan erityisosaamista ja kokemusta, vanhasta luopumista ja heittäytymistä uuteen.

Sosiaalityön työmenetelmiä on luettelomaisesti esitelty kappaleessa 2.4 sivulla 26 ja niitä on kehitetty pääkaupunkiseudun Gero-hankkeessa. Tutkimukseeni perustuen pidän lisäksi tärkeänä johtamiseen, tiedottamiseen sekä ihmisiin kohdistuvien vaikutusten arviointiin (IVA)⁴¹ liittyvien valmiuksien kehittämistä. Lisäksi ikääntyvän kohtaaminen toimijana edellyttää gerontologisen sosiaalityöntekijän tunneällyn taitojen (esim. Goleman 2009) kehittämistä, sensitiivisyyttä toiminnan modaaliteetille "tuntea"; mitä tunteet viestittävät ikääntyvän sisäisistä voimavaroista sekä hänen ja ympäristön välisestä suhteesta.

Tämä tutkimus ei anna toimenpide- tai menetelmäsuosituksia, mutta se tarjoaa tietopohjan ikääntyvien toimijuuteen perustuvan gerontologisen sosiaalityön tarkastelulle. Se ei myöskään laajemmin ota kantaa vanhuspalvelujen kehittämiseen. Sivuuuttaa ei kuitenkaan voi tämän tutkimuksen toteuttamisen kannalta tärkeitä vanhustyön toimintamuotoja: Vanhusten tuki- ja kohtaamispaikka Poijua nk. matalan kynnyksen paikkana sekä vapaaehtoista lähimmäis- ja ystävätoimintaa. Kummallakin on tärkeä merkityksensä ikääntyvien omaehtoisen toimijuuden voimavaraistajana. Sellaisina vastaavanlaisten toimintamuotojen saavutettavuudesta on huolehdittava, edesauttamaan ikääntyvien kokonaisvaltaista hyvinvointia ja sosiaalisuutta, jonka haastateltava (H3/1) yksinkertaisten puki sanoiksi: "Olis niin hauskaa olla joukon mukana."

⁴¹ Ihmisiin kohdistuvien vaikutusten arviointi (IVA) toimii suunnittelun ja päätöksenteon apuvälineenä. Sen avulla voidaan löytää uusia näkökulmia päätösten vaikutuksiin. Luonteeltaan vaikutusten arviointi on ennakoivaa; se tarkastelee vasta suunnitteilla olevan päätöksen vaikutuksia. IVA sisältää sosiaalisten vaikutusten arvioinnin (SVA) sekä terveysvaikutusten arvioinnin (TVA). Sosiaali- ja terveysalan asiantuntijoiden osallistuminen vaikutusten arviointiin tukee mm. hiljaisten väestöryhmien kuulemista, hiljaisen tiedon muuttamista käyttötiedoksi sekä yleisen edun esilletuomista. (Kauppinen & Tähtinen 2003, 3 – 4.)

LÄHTEET

- Adams, Robert 2003:** *Social Work and Empowerment*. (3rd ed.). New York: Macmillan.
- Aittola, Tapio & Raiskila, Vesa 1995:** Jälkisanat. Teoksessa Peter L. Berger & Thomas Luckmann: *Todellisuuden sosiaalinen rakentuminen*. Tiedonsosiologinen tutkielma. Suom. Vesa Raiskila. 2. painos. Helsinki: Gaudeamus, 213 – 231.
- Alasuutari, Pertti 2001:** *Laadullinen tutkimus*. 3. uudistettu painos 1999. Lisäpainos 2001. Tampere: Vastapaino.
- Anderson, Laurie M., Scrimshaw, Susan C., Fullilove, Mindy T. & Fielding, Jonathan E. 2003:** The Community Guide's Model for Linking the Social Environment to Health. *American Journal of Preventive Medicine* 24 (3S), 12 - 20.
- Andersson, Sirpa 2007:** Kahdestaan kotona. Tutkimus vanhoista pariskunnista. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. Tutkimuksia 169. Helsinki: Stakes.
- Andreev, Taina & Salomaa, Varpu 2005:** Kokemista ja kuvitusta - luovat ja toiminnalliset menetelmät vanhustyössä. Teoksessa Eija Noppari & Paula Koistinen (toim.) *Laatua vanhustyöhön*. Helsinki: Tammi, 161 - 192.
- Arinen, Pekka 1977:** Suomalaisen laitoksen esipuhe teoksessa A. N. Leontjev 1977: *Toiminta, tietoisuus ja persoonallisuus*. Suomentanut Pentti Hakkarainen. Asiantuntijana tarkistanut Klaus Helkama. Alkuteos 1975. Helsinki: Kansankulttuuri, 7 - 15.
- Atchley, Robert C. 2000:** A Continuity Theory of Normal Aging. Teoksessa Jaber F. Gubrium & James A. Holstein (eds.) *Aging and Everyday Life*. Malden (Mass.): Blackwell, 47 – 61.
- Berger, Peter L. & Luckmann, Thomas 1994:** *Todellisuuden sosiaalinen rakentuminen*. Tiedonsosiologinen tutkielma. Suomentanut Vesa Raiskila. Alkuteos 1966. Helsinki: Gaudeamus.
- Boehm, Amnon & Staples, Lee H. 2002:** The Functions of the Social Worker in Empowering: The Voices of Consumers and Professionals. *Social Work* 47, 449 – 460.
- Boldy, Duncan P., McCall, Mary E. & Heumann, Leonard F. 2001:** Empowerment of Frail Elderly People and the Vision of a Self-Actualized Society. Teoksessa Leonard F. Heumann, Mary E. McCall & Duncan P. Boldy (ed.) *Empowering Frail Elderly People. Opportunities and Impediments in Housing, Health, and Support Service Delivery*. Westport CT: Praeger, 239 – 254. Elektroninen aineisto: Ebrary (Viitattu 19.2.2008).
- Bond, John, Dittmann-Kohli, Freya, Westerhof, Gerben J. & Peace, Sheila 2007:** Ageing into the future. Teoksessa John Bond, Sheila Peace, Freya Dittmann-Kohli & Gerben J. Westerhof (eds.) *Ageing in Society. European Perspectives on Gerontology*. 3rd edition. Thousand Oaks, CA: Sage, 296 – 308.
- Burr, Vivien 1995:** *An Introduction to Social Constructionism*. London: Routledge.
- Daatland, Svein Olav & Hansen, Thomas 2007:** Well-being, Control and Ageing: An Empirical Assessment. Teoksessa Heidrun Mollenkopf & Alan Walker (Eds.) *Quality of Life in Old Age. International and Multi-Disciplinary Perspectives*. Dordrecht: Springer Science + Business Media B.V., 33 – 47.
- Dittman-Kohli, Freya & Jopp, Daniela 2007:** Self and life management: wholesome knowledge for third age. Teoksessa John Bond, Sheila Peace, Freya Dittmann-Kohli & Gerben J. Westerhof (eds.) *Ageing in Society. European Perspectives on Gerontology*. 3rd edition. Thousand Oaks, CA: Sage, 268 - 295.
- Elder, Glen H., Jr. 1998:** The Life Course as Developmental Theory. *Child Development* 69, 1 - 12.

- Elo, Satu 2006:** Teoria pohjoissuomalaisten kotona-asuvien ikääntyneiden hyvinvointia tukevasta ympäristöstä. *Acta Universitatis Ouluensis, D Medica* 889. Oulu: Oulun yliopisto.
- Eräsaari, Risto 2003:** Varmuuden varjosta odotusten valoon. *Janus. Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön tutkimuksen aikakauslehti* 11, 334 – 348.
- FINLEX –** Vation säädöstietopankki. www.finlex.fi (Viitattu 19.9.2009).
- Fontana, Andrea & Frey, James H. 2005:** The Interview. From Neutral Stance to Political Involvement. Teoksessa Norman K. Denzin & Yvonna S. Lincoln (eds.) *The SAGE Handbook of Qualitative Research*. 3rd ed. Thousand Oaks, CA: Sage, 695 - 727.
- Foucault, Michel 2005:** Tarkkailla ja rangaista. Suom. Eevi Nivanka. *Kieliasun tarkastanut Jukka Kemppinen. Alkuteos 1975.* Helsinki: Otava.
- Freire, Paulo 2005:** Sorrettujen pedagogiikka. Suom. Joel Kuortti. *Toim. Tuukka Tomperi.* Tampere: Vastapaino.
- Giddens, Anthony 1985:** *The Constitution of Society. Outline of the Theory of Structuration.* First published 1984. Cambridge: Polity Press.
- Goleman, Daniel 2009:** Sosiaalinen äly. Suomentaneet Laura Jänisniemi & Auri Paajanen. Helsinki: Otava.
- Granfelt, Riitta 1993:** Psykososiaalinen suuntautuminen. Teoksessa Riitta Granfelt, Harri Jokiranta, Synnöve Karvinen, Aila-Leena Matthies & Anneli Pohjola: *Monisärmäinen sosiaalityö.* Helsinki: Sosiaaliturvan Keskusliitto, 175 - 227.
- Granfelt, Riitta 1998:** Kertomuksia naisten kodittomuudesta. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.
- Guba, Egon G. & Lincoln, Yvonna S. 2005:** *Paradigmatik Controversies, Contradictions, and Emerging Confluences.* Teoksessa: Norman K. Denzin & Yvonna S. Lincoln (eds.) *The SAGE Handbook of Qualitative Research*. 3rd ed. Thousand Oaks, CA: Sage, 191 - 215.
- Heikkinen, Eino 2002:** Sairauksista toimintakykyyn. Teoksessa Eino Heikkinen & Marjatta Marin (toim.) *Vanhuuden voimavarat.* Helsinki: Tammi, 13 - 33.
- Heikkinen, Eino 2008a:** Tutkimuskohde, tutkimusmenetelmät, teorianmuodostus. Teoksessa Eino Heikkinen & Taina Rantanen (toim.) *Gerontologia. 2. uudistettu painos.* Helsinki: Duodecim, 16 – 25.
- Heikkinen, Eino 2008b:** Vanhenemisen ulottuvuudet ja onnistuvan vanhenemisen edellytykset. Teoksessa Eino Heikkinen & Taina Rantanen (toim.) *Gerontologia. 2. uudistettu painos.* Helsinki: Duodecim, 402 - 408.
- Heikkinen Eino, Kauppinen Markku, Salo Pia-Leena & Suutama, Timo (toim.) 2006:** Ovatko 65-69-vuotiaat aikaisempaa toimintakykyisempiä, terveempiä ja aktiivisempiä? Havainnot ja Ikivihreät-projektin kohorttivertailututkimuksesta vuosilta 1988, 1996 ja 2004. *Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia* 83, Helsinki: Kelan tutkimusosasto.
- Heikkinen, Riitta-Liisa 1987:** Sosiaalinen toimintakyky I. *Gerontologia. Kasvun ja vanhenemisen tutkijat ry:n julkaisu* 1 (2), 32 - 36.
- Heiskala, Risto 2000:** *Toiminta, tapa ja rakenne. Kohti konstruktionistista synteisiä yhteiskuntateoriassa.* Helsinki: Gaudeamus.
- Helander, Voitto 2006:** Seniorikansalainen voimavarana. Havainnot ja pohdintoja ikäpolitiikan suuntaamiseksi. *ACTA Nro 189.* Helsinki: Suomen Kuntaliitto.
- Helin, Satu 2000:** Iäkkäiden henkilöiden toimintakyvyn heikkeneminen ja sen kompensointioprosessi. *Studies in Sport, Physical Education and Health* 71. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Heumann, Leonard F, Boldy, Duncan P & McCall Mary E 2001:** Opportunities and Impediments in Housing, Health, and Support Service Delivery. Teoksessa Leo-

nard F. Heumann, Mary E. McCall & Duncan P. Boldy (eds.) Empowering Frail Elderly People. Opportunities and Impediments in Housing, Health, and Support Service Delivery. London: Praeger, 25 – 37. Elektroninen aineisto: Ebrary (Viitattu 19.2.2008).

- Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena 2000:** Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.
- Hirsjärvi, Sirkka, Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2005:** Tutki ja kirjoita. 11. painos. Helsinki: Gummerus.
- Hohenthal-Antin, Leonie 2009:** Muistot näkyviksi: muistelutyön menetelmiä ja merkityksiä. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hokkanen, Hannele, Häggman-Laitila, Arja & Eriksson, Elina 2006:** Kotona asuvi- en iäkkäiden ihmisten voimavarat ja niiden tukeminen – katsaus tutkimuskirjallisuuteen. Gerontologia. Kasvun ja vanhenemisen tutkijat ry:n julkaisu 20, 12 – 21.
- Hokkanen, Liisa 2003a:** Vapaaehtoisuus - pala elämää. Pohjois-Suomen sosiaalialan osaamiskeskuksen julkaisusarja 6. Oulu: Pohjois-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus.
- Hokkanen, Liisa 2003b:** Vapaaehtoinen ja vertainen auttaminen. Teoksessa Merja Laitinen & Anneli Pohjola (toim.) Sosiaalisen vaihtuvat vastuut. Jyväskylä: PS-kustannus, 254 - 274.
- Hokkanen, Liisa 2009:** Empowerment valtaistumisen ja voimaantumisen dialogina. Teoksessa Mikko Mäntysaari, Anneli Pohjola & Tarja Pösö (toim.) Sosiaalityö ja teoria. Jyväskylä: PS-kustannus, 315 - 337.
- Holstein, James A. & Gubrium, Jaber F. 1995:** The Active Interview. Qualitative Research Methods. Volyme 37. Thousand Oaks (Calif.): Sage.
- Hyyppä, Markku T. 2002:** Kuorossa elää pitempään. Sosiaalinen pääoma ja terveys. Teoksessa Petri Ruuskanen (toim.) Sosiaalinen pääoma ja hyvinvointi: näkökulmia sosiaali- ja terveysaloille. Jyväskylä: PS-kustannus, 28 - 59.
- Hyyppä, Markku T. 2005:** Me-hengen mahti. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hyyppä, Markku T. 2008:** Sosiaalinen pääoma ja vanheneminen. Teoksessa Eino Heikkinen & Taina Rantanen (toim.) Gerontologia. 2. uusittu painos. Helsinki: Duodecim, 531 - 539.
- Hänninen, Jorma 2004:** Sosiaalityön miehet ja huoltapitävä valta. Teoksessa Marjo Kuronen, Riitta Granfelt, Leo Nyqvist & Päivi Petrelius (toim.) Sukupuoli ja sosiaalityö. Jyväskylä: PS-kustannus, 77 - 100.
- Hänninen, Vilma 1989:** Toimiva ihminen. Tekojen psykologian, eksistenttialistisen psykologian ja marxilaisen toiminnan teorian filosofisten lähtökohtien vertailua. Sosiologian ja sosiaalipsykologian laitos, tutkimuksia A:17, 1989. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Ikäheimo Heikki 2008:** Sosiaalisuus ja epäsosiaalisuus sosiaalityössä. Teoksessa Pette- ri Niemi & Tuija Kotiranta (toim.) Sosiaalialan normatiivinen perusta. Helsinki: Palmenia, 13 - 33.
- Ikäneuvo-työryhmä 2009:** Neuvonta- ja palveluverkosto ikääntyneiden hyvinvoinnin ja terveyden edistäjinä. Sosiaali- ja terveysministeriö. Selvityksiä 2009:24. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.
- Ilmonen, Kaj 2000:** Sosiaalinen pääoma: käsite ja sen ongelmallisuus. Teoksessa Kaj Ilmonen (toim.) Sosiaalinen pääoma ja luottamus. SoPhi 42. Jyväskylä: Jyväskylän yliopistopaino, 9 - 38.
- IFSW (International Federation of Social Workers) 2000:** Definition of Social Work. Kausijulkaisussa (2007) Supplement of International Social Work: an official Journal of the International Association of Schools of Social Work, International

- Council on Social Welfare, International Federation of Social Workers. ISSN – 0020-8728.
- Jokinen, Pertti 2005:** Eläkeuudistus turvaa tuloja, mutta: Köyhyysloukkuja jäänyt. *Socius*. Sosiaali- ja terveystieteellinen aikakauslehti 5, 7 – 9.
- Juhila, Kirsi 2006:** Sosiaalityöntekijöinä ja asiakkaina. Sosiaalityön yhteiskunnalliset tehtävät ja paikat. Tampere: Vastapaino.
- Julkunen, Raija & Pärnänen, Anna 2005:** Uusi ikäsopimus. Jyväskylän yliopisto. SpPhi 100. Jyväskylä: Kopijyvä Oy.
- Julkunen, Raija 2008:** Sosiaalipolitiikan kansalainen: aktivoitu, valtaistettu, vastuutettu, hylätty? Teoksessa Petteri Niemi & Tuija Kotiranta (toim.) Sosiaalialan normatiivinen perusta. Helsinki: Palmenia, 183 - 220.
- Jylhä, Marja 1990:** Vanheneminen, toiminta ja vuorovaikutus. Teoksessa Pertti Pohjola & Marja Jylhä (toim.) Vanheneminen ja elämäntilanne. Sosiaaligerontologian perusteita. Espoo: Weilin + Göös, 106 - 134.
- Jyrkämä, Jyrki 1995a:** "Rauhaisesti alas illan lepoon"? Tutkimus vanhenemisen sosiaalisuudesta neljässä paikallisyhteisössä. *Acta Universitatis Tamperensis ser A* vol. 449. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Jyrkämä, Jyrki 1995b:** Sosiaalinen vanheneminen, Anthony Giddens ja toimintakäytännöt. *Gerontologia*. Kasvun ja vanhenemisen tutkijat ry:n julkaisu 9, 241 - 251.
- Jyrkämä, Jyrki 2001:** Vanheneminen ja vanhuus. Teoksessa Anne Sankari & Jyrki Jyrkämä (toim.) Lapsuudesta vanhuuteen. Iän sosiologiaa. Tampere: Vastapaino, 267 - 323.
- Jyrkämä, Jyrki 2003a:** Vanheneva yksilö, toimijuus ja toimintatilanteet. Teoksessa Eino Heikkinen & Taina Rantanen (toim.) *Gerontologia*. Helsinki: Duodecim, 267 - 272.
- Jyrkämä, Jyrki 2003b:** Ikääntyminen, toimintakyky ja toimintatilanteet. Teoksessa Marjatta Marin & Sinikka Hakonen (toim.) Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Jyväskylä: PS-kustannus, 94 - 103.
- Jyrkämä, Jyrki 2004:** Ikääntyminen ja ikääntyvien kuntoutus. Teoksessa Vappu Karjalainen & Ilpo Vilkkumaa (toim.) Kuntoutus kanssamme. Ihmisen toimijuuden tukeminen. Helsinki: Stakes, 153 - 160.
- Jyrkämä, Jyrki 2007a:** Toimijuus ja toimijatilanteet - aineksia ikääntymisen arjen tutkimiseen. Teoksessa Marjaana Seppänen, Antti Karisto & Teppo Kröger (toim.) Vanhuus ja sosiaalityö. Sosiaalityö avuttomuuden ja toimijuuden välissä. Jyväskylä: PS-kustannus, 195 -217.
- Jyrkämä, Jyrki 2007b:** Sosiaaligerontologian näkymiä - taakse ja eteenpäin. *Gerontologia*. Kasvun ja vanhenemisen tutkijat ry:n julkaisu 21, 104 - 108.
- Jyrkämä, Jyrki 2007c:** Ikääntymisen ja alkoholinkäytön muuttuvat näkymät - pohdintoja ja kysymyksiä. Teoksessa Anna Alanko & Ilka Haarni (toim.) Ikääntyminen ja alkoholi. 2. painos. Helsinki: Sininauhaliitto, 13 – 20.
- Jyrkämä, Jyrki 2008:** Toimijuus, ikääntyminen ja arkielämä – hahmottelua teoreettis-metodologiseksi viitekehykseksi. *Gerontologia*. Kasvun ja vanhenemisen tutkijat ry:n julkaisu 22, 190 – 203.
- Järvinen, Minna-Kaisa 2007:** Asiakas - työntekijäsuhteen dialoginen arviointi rikinnaalihuollossa. Rikosseuraamusviraston julkaisu 1 / 2007. Helsinki: Rikosseuraamusvirasto.
- Kamberelis, George & Dimitriadis, Greg 2005:** Focus Groups. Strategic Articulations of Pedagogy, Politics, and Inquiry. Teoksessa Norman K. Denzin & Yvonna S. Lincoln (eds.) *The SAGE Handbook of Qualitative Research*. 3rd ed. Thousand Oaks, CA: Sage, 887 - 907.

- Kananoja, Aulikki 1997:** Murros on mahdollisuus. Sosiaalityön selvityshenkilön raportti. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimus- ja kehittämiskeskus. Raportti 211. Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö. Työryhmämuistio 1997:8. Helsinki: Stakes.
- Kananoja, Aulikki 2007a:** Sosiaalityö ammattina. Teoksessa Aulikki Kananoja, Martti Lähteinen, Pirjo Marjamäki, Kristiina Laiho, Pirjo Sarvimäki, Pekka Karjalainen & Marjaana Seppänen (2007) Sosiaalityön käsikirja. Helsinki: Tietosanoma, 17 – 23.
- Kananoja, Aulikki 2007b:** Sosiaalialan tiedontuotanto. Teoksessa Aulikki Kananoja, Martti Lähteinen, Pirjo Marjamäki, Kristiina Laiho, Pirjo Sarvimäki, Pekka Karjalainen & Marjaana Seppänen (2007) Sosiaalityön käsikirja. Helsinki: Tietosanoma, 214 - 219.
- Kangas, Olli 1994:** Rationaalisen valinnan teorit. Teoksessa Risto Heikkilä (toim.) Sosiologian teorian nykysuuntauksia. Helsinki: Gaudeamus, 63 - 87.
- Karisto, Antti 1997:** Vanhuus kaupungissa: johdatus teemaan. Teoksessa Antti Karisto (toim.) Vanhuus kaupungissa. Miina Sillanpään syntymän 130-vuotisjuhlakirja. Porvoo, Helsinki, Juva: WSOY, 7 – 39.
- Karisto, Antti 2007:** Sosiaaligerontologian syvin olemus. Gerontologia. Kasvun ja vanhenemisen tutkijat ry:n julkaisu 21, 273 - 280.
- Karjalainen, Pekka & Sarvimäki, Pirjo (toim.) 2005:** Sosiaalityö hyvinvointipolitiikan välineenä 2015 -toimenpideohjelma. Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö. Julkaisuja 2005:13. Helsinki: Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö.
- Karvinen, Synnöve 1993a:** Reflektiivinen ammatillisuus sosiaalityössä. Teoksessa Riitta Granfelt, Harri Jokiranta, Synnöve Karvinen, Aila-Leena Matthies & Anneli Pohjola: Monisärmäinen sosiaalityö. Helsinki: Sosiaaliturvan Keskusliitto, 15 - 51.
- Karvinen, Synnöve 1993b:** Metodisuus sosiaalityön ammatillisuuden perustana. Teoksessa Riitta Granfelt, Harri Jokiranta, Synnöve Karvinen, Aila-Leena Matthies & Anneli Pohjola: Monisärmäinen sosiaalityö. Helsinki: Sosiaaliturvan Keskusliitto, 131 - 173.
- Kaufman, Sharon R. 2000:** The Ageless Self. Teoksessa Jaber F. Gubrium & James A. Holstein (eds.) Aging and Everyday Life. Malden (Mass.): Blackwell, 103 – 112.
- Kauppila, Juha 1996:** Koulutus elämänsä rakentajana. Teoksessa Ari Antikainen & Hannu Huotelin (toim.) Oppiminen ja elämänsä historia. Aikuiskasvatuksen 37. vuosikirja. Helsinki: BTJ Kirjastopalvelu, 45 - 108.
- Kauppila, Tapani & Tähtinen Vilja 2003:** Ihmisiin kohdistuvien vaikutusten arviointi -käsikirja. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimus- ja kehittämiskeskus. Aiheita 8/2003. Helsinki: Stakes.
- Kautto, Mikko, Palomäki, Liisa-Maria, Rantala, Juha & Tuominen, Eila 2009:** Eläkeläisten tulot ja kokemukset toimeentulosta. Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos. Yhteiskuntapolitiikka 74, 290 – 302.
- Kemppainen, Tarja 2006:** Sosiaalityöntekijät 2015. Teoksessa Matti Vuorensyrjä, Merja Borgman, Tarja Kemppainen, Matti Mäntysaari & Anneli Pohjola 2006: Sosiaalialan osaajat 2015. Sosiaalialan osaamis-, työvoima- ja koulutustarpeiden ennakointihanke (SOTENNA): loppuraportti. Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos. Sosiaalityön julkaisusarja 4. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto, 230 - 284.
- Kitzinger, Jenny & Barbour, Rosaline S. 1999:** Introduction: the challenge and promise of focus groups. Teoksessa Rosaline S. Barbour & Jenny Kitzinger (eds.) Developing Focus Group Research: Politics, Theory and Practice. London: Sage, 1 - 20.
- Kivelä, Sirkka-Liisa 1997:** Vanhuus: arvioinnin aikaa. Teoksessa Tarja Heiskanen & Mirja Vallisaari (toim.) Elämäntaidon ja selviytymisen kirja. Porvoo: WSOY, 149 - 169.

- Kiviniemi, Kari 2001:** Laadullinen tutkimus prosessina. Teoksessa Juhani Aaltola & Raine Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II - näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus, 68 - 84.
- Korvela, Pirjo 2003:** Yhdessä ja erikseen: perheenjäsenten kotona olemisen ja tekemisen dynamiikka. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimus- ja kehittämiskeskus. Tutkimuksia 130. Helsinki: Stakes.
- Koskinen, Simo 1993:** Sosiaalityö vanhusten parissa: review-tutkimus gerontologisen sosiaalityön muotoutumisesta. Yhteiskuntatieteellisiä julkaisuja B. Tutkimusraportteja ja julkaisuja. Rovaniemi: Lapin yliopisto.
- Koskinen, Simo 1994a:** Sosiaalityöntekijä vanhustyössä. Vanhustyön keskusliitto. Vanhustyö (1), 10 - 12.
- Koskinen, Simo 1994b:** Gerontologinen sosiaalityö vanhuspolitiikan mikrorakenteena. Acta Universitatis Lapponiensis 3. Rovaniemi: Lapin yliopisto.
- Koskinen, Simo 2003a:** Gerontologinen sosiaalityö. Teoksessa: Eino Heikkinen & Taina Rantanen, (toim.) Gerontologia. Helsinki: Duodecim, 351 - 362.
- Koskinen, Simo 2003b:** Suomalaisen yhteisösosiaalityön kehitys ja nykysuuntaukset. Teoksessa Merja Laitinen & Anneli Pohjola (toim.) Sosiaalisen vaihtuvat vastuut. Jyväskylä: PS-kustannus, 206 - 236.
- Koskinen, Simo 2004:** Ikääntyneiden voimavarat. Julkaisussa Ikääntyminen voimavarana. Tulevaisuusselonteon liiteraportti 5. Julkaisusarja 33 /2004. Helsinki: Valtioneuvoston kanslia, 24 - 90.
- Koskinen, Simo 2005:** Ikääntymisen voimavarat gerontologisen sosiaalityön taustalla. Gerontologia. Kasvun ja vanhenemisen tutkijat ry:n julkaisu 19, 193 -199.
- Koskinen, Simo 2007:** Gerontologisen sosiaalityön muotoutuminen: kansainvälisiä ja kansallisia kehityslinjoja. Teoksessa Marjaana Seppänen, Antti Karisto ja Teppo Kröger (toim.) Vanhuus ja sosiaalityö. Sosiaalityö avuttomuuden ja toimijuuden välissä. Jyväskylä: PS-kustannus, 19 - 31.
- Koskinen, Simo 2008:** Gerontologinen sosiaalityö. Teoksessa Eino Heikkinen & Taina Rantanen (toim.) Gerontologia. 2. uudistettu painos. Helsinki: Duodecim, 436 - 448.
- Koskinen, Simo, Aalto, Leena, Hakonen, Sinikka & Päivärinta, Eeva 1998:** Vanhustyö. Helsinki: Vanhustyön Keskusliitto.
- Kuntaliitto 2007:** Kunta- ja palvelurakennemuutos. Kunnat toteuttavat uudistuksen. 2. painos. http://www.kunnat.net/k_perussivu.asp?path=1;55264;55275;82183. (Viitattu 27.6.2009).
- Kurki, Leena 2000:** Sosiokulttuurinen innostaminen: muutoksen pedagogiikka. Tampere: Vastapaino.
- Kurki, Leena 2007:** Innostava vanhuus. Sosiokulttuurinen innostaminen vanhempien aikuisten parissa. Helsinki: Finn Lectura.
- Kuronen, Marjo 2004:** Valtaistumista vai voimavaraistumista: feministisiä näkökulmia empowermentiin sosiaalityön käsitteenä ja käytäntönä. Teoksessa Marjo Kuronen, Riitta Granfelt, Leo Nyqvist & Päivi Petrelius (toim.) Sukupuoli ja sosiaalityö. Jyväskylä: PS-kustannus, 277 - 293.
- Kuula, Arja 2006:** Yksityisyyden suoja tutkimuksessa. Teoksessa Jaana Hallamaa, Veikko Launis, Salla Lötjönen ja Irma Sorvali (toim.) Etiikkaa ihmistieteille. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, 124 - 140.
- Kvale, Steinar 1996:** Interviews. An Introduction to Qualitative Research Interviewing. Thousand Oaks (Calif.): Sage.
- Künemund, Harald & Kolland, Franz 2007:** Work and retirement. Teoksessa John Bond, Sheila Peace, Freya Dittmann-Kohli & Gerben J. Westerhof (eds.) Ageing in

- Society. *European Perspectives on Gerontology*. 3rd edition. Thousand Oaks, CA: Sage, 167 - 185.
- Laatikainen, Tanja 2009:** Vanhustenhuollon ammattilaisten kokemuksia vanhusten kotona asumisen vaikeutumisesta ja tukemisesta 16 kunnassa. Sosiaali- ja terveysturvun selosteita 66. Helsinki: Kelan tutkimusosasto.
- Laine, Timo 2001:** Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa: Juhani Aaltola & Raine Valli (toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin II - näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin*. Jyväskylä: PS-kustannus, 26 - 43.
- Laitalainen, Elina, Helakorpi, Satu & Uutela, Antti 2008:** Eläkeikäisen väestön terveyskäyttäytyminen ja terveys keväällä 2007 ja niiden muutokset 1993 - 2007. *Health Behaviour and Health among Finnish Elderly, Spring 2007, with trends 1993 - 2007*. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja B 14/2008. Publications of the National Public Health Institute. Helsinki: Kansanterveyslaitos.
- Laukkanen, Pia 2003a:** Toimintakyky ja ikääntyminen - käsitteestä ja viitekehuksesta päivittäistoiminnoista selviytymisen arviointiin. Teoksessa Eino Heikkinen & Taina Rantanen (toim.) *Gerontologia*. Helsinki: Duodecim, 255 - 266.
- Laukkanen, Pia 2003b:** Päivittäisistä toiminnoista selviytymistä arvioivat haastatteluja kyselytutkimukset. Teoksessa Eino Heikkinen & Taina Rantanen (toim.) *Gerontologia*. Helsinki: Duodecim, 287 - 300.
- Leinonen, Anu 2006:** Vanhusneuvoston funktioita jäljittämässä. Tutkimus maaseutu- maisten kuntien vanhusneuvostoista. *Jyväskylä Studies in Education, Psychology and Social Research* 295. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Leinonen, Anu 2007:** Tuottava ikääntyminen: käsitteestä käyttömahdollisuuksiin. *Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Yhteiskuntapolitiikka* 72, 295 - 308.
- Lehto, Juhani 1998:** Muuttuiko pohjoismainen sosiaali- ja terveyspalvelumalli? *Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Yhteiskuntapolitiikka* 63, 413 - 424.
- Leontjev, A. N. 1977:** Toiminta, tietoisuus ja persoonallisuus. Suomentanut Pentti Hakkarainen. Asiantuntijana tarkistanut Klaus Helkama. Alkuteos 1975. Helsinki: Kansankulttuuri.
- Levo, Tarja (toim.) 2008:** Ikääntyvän ääntä kuunnellen. Taustamateriaalia ikääntymiseen ja alkoholiin. Työryhmä: Tarja Levo, Maria Viljanen, Taina Heino, Riitta Koivula & Marja Aira. *Liika on liikaa - Ikääntyminen ja alkoholi -projekti*. Helsinki: Sininauhaliitto.
- Liikanen, Hanna-Liisa & Kaisla, Susanna 2007:** Gerontologisen sosiaalityön menetelmistä. Pääkaupunkiseudun sosiaalialan osaamiskeskus SOCCA ja Heikki Waris -instituutti. Työpapereita 3:2007. www.socca.fi/aineistot/Gero_menetelmaopas.pdf (Viitattu 27.6.2009)
- Liikanen, Hanna-Liisa, Kaisla, Susanna & Viljaranta, Liisa 2007:** Gerontologisen sosiaalityön pioneerit kentällä. SOCCA ja Heikki Waris -instituutin julkaisusarja nro 12. Helsinki: SOCCA: Heikki Waris -instituutti.
- Lindborg, Hilikka 2006:** Ikääntyvät maahanmuuttajat -verkostoprojektin (2003 - 2005) loppuraportti. Helsinki: Vanhustyön keskusliitto.
- Lindborg, Hilikka 2007:** Helsinkiläiset, ikääntyvät monikulttuuriset seniorit -raportti. Ikääntyvien maahanmuuttajien palvelutarpeet pääkaupunkiseudulla -seminaari 5.9.2007. Painamaton luentomateriaali. Helsinki: Vanhustyön keskusliitto.
- Lindqvist, Martti 2002:** Vanheneminen, etiikka ja elämän arvot. Teoksessa: Eino Heikkinen & Marjatta Marin (toim.) *Vanhuuden voimavarat*. Helsinki: Tammi.
- Lymbery, Mark 2005:** *Social Work with Older People: Context, Policy and Practice*. London: Sage.

- Marcoen, Alfons, Coleman, Peter G. & O'Hanlon, Ann 2007:** Psychological ageing. Teoksessa John Bond, Sheila Peace, Freya Dittmann-Kohli & Gerben J. Westerhof (eds.) Ageing in Society. European Perspectives on Gerontology. 3rd edition. Thousand Oaks, CA: Sage, 38 - 67.
- Marin, Marjatta 2001:** Tarkastelukulmia ikään ja ikääntymiseen. Teoksessa Anne Sankari & Jyrki Jyrkämä (toim.) Lapsuudesta vanhuuteen. Iän sosiologiaa. Tampere: Vastapaino, 17 - 48.
- Marin, Marjatta 2002:** Yhteiskunta ja hyvä vanheneminen: lähestymistapoja hyvän vanhenemisen yhteiskunnallisiin ehtoihin. Teoksessa Eino Heikkinen & Marjatta Marin (toim.) Vanhuuden voimavarat. Helsinki: Tammi, 89 - 117.
- Marin, Marjatta 2008:** Perhe, sukupolvet ja sosiaaliset verkostot. Teoksessa Eino Heikkinen & Taina Rantanen (toim.) Gerontologia. 2. uusittu painos. Helsinki: Duodecim, 64 - 75.
- McCall, Mary E., Heumann, Leonard F. & Boldy, Duncan P. 2001:** Empowerment: Definitions, Applications, Problems, and Prospects. Teoksessa Leonard F. Heumann, Mary E. McCall & Duncan P. Boldy (eds.) Empowering Frail Elderly People. Opportunities and Impediments in Housing, Health, and Support Service Delivery. London: Praeger, 3 - 24. Elektroninen aineisto: Ebrary (Viitattu 19.2.2008).
- Meltti, Tero 2004:** Sosiaalityökeskustelu Januksessa vuosina 1992 - 2001. Janus. Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön tutkimuksen aikakauslehti 12, 393 - 411.
- Mokka, Roope & Neuvonen, Aleksi 2006:** Yksilön ääni. Hyvinvointivaltio yhteisöjen ajalla. Sitran raportteja 69. Helsinki: Sitra.
- Mäntysaari, Mikko 2006:** Syrjiikö sosiaalityö? Teoksessa Tuula Helne & Markku Laatu (toim.) Vääryyskirja. Helsinki: Kelan tutkimusosasto, 115 - 132.
- Mönkkönen, Kaarina 2007:** Vuorovaikutus: dialoginen asiakastyö. Helsinki: Edita.
- Nathanson, Ilene L. & Tirrito, Terry T. 1998:** Gerontological Social Work: Theory Into Practice. New York: Springer cop.
- Nelson, Todd D. (ed.) 2002:** Ageism: Stereotyping and Prejudice Against Persons. Cambridge MA: MIT Press: Elektroninen teos.
<http://ezproxy.utu.fi:2191/lib/uniturku/docDetail.action?docID=10225310> (Viitattu 12.3.2009).
- Niemelä, Pauli 2000:** Turvallisuuden käsite ja tarkastelukehikko. Teoksessa Pauli Niemelä & Anja Riitta Lahikainen (toim.) Inhimillinen turvallisuus. Tampere: Vastapaino, 21 - 37.
- Niemelä, Pauli 2004:** Sosiaalinen pääoma Suomen kunnissa. Tutkimusjulkaisut, nro 42. Helsinki: Kunnallisalan kehittämissäätiö.
- Niemelä, Pauli 2008:** Inhimillisen toiminnan teoria. Teoksessa Petteri Niemi & Tuija Kotiranta (toim.) Sosiaalialan normatiivinen perusta. Helsinki: Palmenia Helsinki University Press, 221 - 239.
- Niemelä, Pauli 2009:** Ihmisen toiminnallisuus ja hyvinvointi sosiaalityön teoreettisen ymmärryksen perustana. Teoksessa Mikko Mäntysaari, Anneli Pohjola & Tarja Pösö (toim.) Sosiaalityö ja teoria. Jyväskylä: PS-kustannus, 209 - 236.
- Niemi, Petteri 2008:** Priorisoinnin eettisestä perustasta sosiaalialalla. Teoksessa Petteri Niemi & Tuija Kotiranta (toim.) Sosiaalialan normatiivinen perusta. Helsinki: Palmenia Helsinki University Press, 100 - 145.
- Niiluoto, Ilkka 2000:** Tieto ja valta. Teoksessa Juha Räikkä & Mikko Wennberg (toim.) Mitä on valta? Helsinki: Unipress, 35 - 48.
- Nikander, Pirjo & Zehner, Minna, 2006:** Ikäetiikka - elämänkulun ääripäät, haavoittuvuus ja eettiset kysymykset. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Yhteiskuntapolitiikka 71, 515 - 526.

- Nurmi, Jan-Erik & Salmela-Aro, Katariina 2000:** Ihmisen psykologinen kehitys ja elämänkulku. Teoksessa Eino Heikkinen & Jouni Tuomi (toim.) Suomalainen elämänkulku. Helsinki: Tammi, 86 - 98.
- O'Rand, Angela M. 2006:** Stratification and the Life Course. Life Course Capital, Life Course Risks, and Social Inequality. Teoksessa Robert H. Binstock, Linda K. George, Stephen J. Cutler, Jon Hendricks, James H. Schulz (eds.) Handbook of Aging and the Social Sciences. 6th Edition. Amsterdam: Academic Press, an imprint of Elsevier Boston cop., 145 – 162. Elektroninen kirja: Elsevier Science Direct E-Book (Viitattu 25.5.2008)
- Paasivaara, Leena 2004:** Suomalaisen vanhuspolitiikan strategiset vaiheet 1950-luvulta 2000-luvulle: asiakirja-analyysi. Gerontologia. Kasvun ja vanhenemisen tutkijat ry:n julkaisu 18, 3 - 9.
- Paavola, Sami 2003:** Dualismeista dynamiikkaan: filosofian roolista yhteiskuntatieteiden metodologiassa. Teoksessa: Jari Eskola & Sami Pihlström (toim.) Ihmistä tutkimassa. Yhteiskuntatieteiden metodologian ajankohtaisia kysymyksiä. Kuopio: Kuopion yliopisto, 31 - 52.
- Palomäki, Sirkka-Liisa 2004:** Suhde vanhenemiseen. Iäkkäät naiset elämänsä kertojina ja rakentajina. Studies in Sport, Physical Education and Health 94. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Paloniemi, Susanna 2007:** Ikääntyneiden oppiminen ja oppimisen ohjaaminen. Teoksessa Kaija Collin & Susanna Palonen: Aikuiskasvatus tieteenä ja toimintakenttinä. Jyväskylä: PS-kustannus, 221 - 247.
- Patton, Michel Q. 1990:** Qualitative Evaluation and Research Methods. 2nd edition. Newbury Park Calif.: Sage.
- Phillips, Judith, Ray, Mo & Marshall, Mary 2006:** Social Work with Older People. 4th edition. New York: Palgrave Macmillan.
- Payne, Malcolm 1996:** What is Professional Social Work? Birmingham: Venture.
- Payne, Malcolm 1997:** Modern Social Work Theory. 2nd edition. Basingstoke: Palgrave Macmillan.
- Payne, Malcolm 2005:** Modern Social Work Theory. 3rd edition. Basingstoke: Palgrave Macmillan.
- Peace, Sheila, Dittmann-Kohli, Freya, Westerhof, Gerben J. & Bond, John 2007:** The ageing word. Teoksessa John Bond, Sheila Peace, Freya Dittmann-Kohli & Gerben J. Westerhof (eds.) Ageing in Society. European Perspectives on Gerontology. 3rd edition. Thousand Oaks, CA: Sage, 1 - 14.
- Peace, Sheila, Wahl, Hans-Werner, Mollenkopf, Heidrun & Oswald, Frank 2007:** Environment and Ageing. Teoksessa John Bond, Sheila Peace, Freya Dittmann-Kohli & Gerben J. Westerhof (eds.) Ageing in Society. European Perspectives on Gerontology. 3rd edition. Thousand Oaks, CA: Sage, 209 - 234.
- Phillipson, Chris & Baars, Jan 2007:** Social Theory and Social Ageing. Teoksessa John Bond, Sheila Peace, Freya Dittmann-Kohli & Gerben J. Westerhof (eds.) Ageing in Society. European Perspectives on Gerontology. 3rd edition. Thousand Oaks, CA: Sage, 68 - 84.
- Pohjola, Anneli 1993:** Asiakas sosiaalityön määrittäjänä. Teoksessa Riitta Granfelt, Harri Jokiranta, Synnöve Karvinen, Aila-Leena Matthies & Anneli Pohjola: Monisärmäinen sosiaalityö. Helsinki: Sosiaaliturvan Keskusliitto, 53 – 95.
- Pohjola, Anneli 2004:** Sosiaalityön kehittämisen myyttejä ja mahdollisuuksia. Sosiaalityö hyvinvointipolitiikan välineenä -artikkelikokoelma. Sosiaali- ja terveysministeriö. Monisteita 2004/15. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö, 64 – 73.
- Pohjolainen, Pertti 2003:** Vanhuudessa on voimaa. Gerontologia. Kasvun ja vanhenemisen tutkijat ry:n julkaisu 17, 38 - 39.

- Raivio, Kari 2002:** Voiko tehokkuus nakertaa ammatti- ja sosiaalietiikkaa? Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Yhteiskuntapolitiikka 67, 172 – 175.
- Rajala, Tapio, Lahtinen, Yrjö & Paunio, Pekka 2001:** Suurten kaupunkien toinen RAVA-tutkimus: Vanhuksien toimintakyky ja avuntarve. Helsinki: Suomen Kuntaliitto.
- Rauhala, Lauri 2005:** Ihmiskäsitys ihmistyössä. Uudistettu laitos; julkaistu ensimmäisen kerran 1983. Helsinki: Yliopistopaino.
- Raunio, Kyösti 2009:** Olennainen sosiaalityössä. 2. uudistettu laitos. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.
- Rintala, Taina 2003:** Vanhuskuvat ja vanhustenhuollon muotoutuminen 1850-luvulta 1990-luvulle. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. Tutkimuksia 132. Helsinki: Stakes.
- Rintala, Taina 2005:** Vanhuskuvat muuttuvat: miten ja miksi? Gerontologia. Kasvun ja vanhenemisen tutkijat ry:n julkaisu 19, 23 - 31.
- Rissanen, Lea 1999:** Vanhenevien ihmisten kotona selviytyminen. Yli 65-vuotiaiden terveys, toimintakyky ja sosiaali- ja terveyspalvelujen koettu tarve. Acta Universitatis Ouluensis, D Medica 560. Oulu: Oulun yliopisto.
- Roivainen, Irene 2002:** Marginaalisuus ja sosiaalityö yhteisöissä. Yhteisöllinen ajattelu ja sosiaalityö. Teoksessa Kirsi Juhila, Hannele Forsberg & Irene Roivainen (toim.) Marginaalit ja sosiaalityö. SoPhi 65. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto, 217 - 232.
- Roos, J.P. 1987:** Suomalainen elämä. Tutkimus tavallisten suomalaisten elämänkerroista. 2. painos. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.
- Rostila, Ilmari 2001:** Tavoitelähtöinen sosiaalityö. Voimavarakeskeisen ongelmanratkaisun perusteet. SoPhi 61. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Routasalo, Pirkko & Pitkälä, Kaisu 2005:** Ikääntyvän henkilön yksinäisyys - haaste hoitotyölle. Teoksessa Eija Noppari & Paula Koistinen: Laatia vanhustyöhön. Helsinki: Tammi, 19 - 35.
- Rubin, Herbert J. & Rubin, Irene S. 2005:** Qualitative Interviewing. The Art of Hearing Data. 2 nd edition. Thousands Oaks (Calif.): Sage.
- Ruoppila, Isto 2000:** Onnistunut vanheneminen. Successful Ageing -symposiumi 4. – 5. kesäkuuta 1999. Suom. Jaana Häivälä. Gerontologia. Kasvun ja vanhenemisen tutkijat ry:n julkaisu 14, 34 - 36.
- Ruoppila, Isto 2002:** Psykkisen toimintakyvyn tukeminen. Teoksessa Eino Heikkinen & Marjatta Marin (toim.) Vanhuuden voimavarat. Helsinki: Tammi, 119 - 150.
- Salonen, Kari 2002:** Vanhussosiaalityö ammattina. Tutkimus vanhussosiaalityöntekijöiden ammattitaidosta, työkokonaisuuksista, tiedoista, taidoista, ammatillisista kvalifikaatioista ja kompetenssista sekä toiminnallisista ympäristöistä. Turun ammattikorkeakoulun tutkimuksia 2. Turku: Turun ammattikorkeakoulu.
- Salonen, Kari 2007a:** Haastava sosiaalinen vanhustyössä: avopalvelutyöntekijöiden näkemyksiä kotona asuvien vanhusten sosiaalisesta olomuotoisuudesta. Turun ammattikorkeakoulun tutkimuksia 26. Turku: Turun ammattikorkeakoulu.
- Salonen, Kari 2007b:** Haastava sosiaalinen vanhustyössä. Lectio praecursoria. Gerontologia. Kasvun ja vanhenemisen tutkijat ry:n julkaisu 21, 346 - 349.
- Sarola, J. P. 1994:** Asuinympäristön ja paikan merkitys vanhalle ihmiselle. Teoksessa Antti Uutela & Jan-Erik Ruth (toim.) Muuttuva vanhuus. Helsinki: Gaudeamus, 116 - 131.
- Sarvimäki, Pirjo & Siltaniemi, Aki 2007:** Sosiaalihuollon ammatillisen henkilöstön tehtävärakennesuositus. Sosiaali- ja terveysministeriö. Julkaisuja 2007:14. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.
- Satka, Mirja 1997:** Sosiaalityö ajassa - ydinkysymysten äärellä. Teoksessa Riitta Viialainen & Maisa Maaniittu (toim.) "Tehdä itsensä tarpeettomaksi?". Sosiaalityö

- 1990-luvulla. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. Raportteja 213. Helsinki: Stakes: Sosiaali- ja terveysministeriö, 27 - 38.
- Schütz, Alfred 2007:** Sosiaalisen maailman merkityksenkäs rakentuminen. Johdatus ymmärtävään sosiologiaan. Suomennos Veikko Pietilä. Alkuteos 1932. Tampere: Vastapaino.
- Sennett, Richard 2003:** Respect in a World of Inequality. New York: W.W. Norton & Company.
- Seppänen, Marjaana 2006:** Gerontologinen sosiaalityö: katsaus lähtökohtiin, nykytilaan ja tulevaisuuteen. Helsinki: Yliopistopaino.
- Seppänen, Marjaana, Karisto, Antti & Kröger, Teppo 2007:** Vanhuus ja sosiaalityö. Sosiaalityö avuttomuuden ja toimijuuden välissä. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Siekinen, Kirsi 2001:** Syvähaastattelu. Teoksessa Juhani Aaltola & Raine Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin I - metodin valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: Gummerus, 43 - 58.
- Siitonen, Juha 1999:** Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Acta Universitatis Ouluensis Series E 37. Oulu: Oulun yliopisto.
- Sipilä, Jorma (1996):** Sosiaalityön jäljillä? Helsinki: Tammi.
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2004:** Sosiaalihuollon tehtävä- ja ammattirakenteen kehittämiprojekti. Loppuraportti. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2004. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2006:** Sosiaali- ja terveyspolitiikan strategiat 2015 -kohti sosiaalisesti kestävä ja taloudellisesti elinvoimaista yhteiskuntaa. Sosiaali- ja terveysministeriö. Julkaisuja 2006:14. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.
- Sosiaali- ja terveysministeriö & Suomen Kuntaliitto 2001:** Ikäihmisten hoitoa ja palveluja koskeva laatusuositus. Sosiaali- ja terveysministeriö. Oppaita 2001:4. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö: Suomen Kuntaliitto.
- Sosiaali- ja terveysministeriö & Suomen Kuntaliitto 2008:** Ikäihmisten palvelujen laatusuositus. Sosiaali- ja terveysministeriö. Julkaisuja 2008:3. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö: Suomen Kuntaliitto.
- Sosiaaliturva 2005:** Ketkä saavat täyttää kansaneläkettä? Uutisia. Sosiaaliturva 93 (16), 14.
- SOSNET 2003:** Valtakunnallisen sosiaalityön yliopistoverkoston sosiaalityön määrittely. <http://www.sosnet.fi/?deptid=16334> (Viitattu 4.7.2009).
- Stakes 2006:** Sosiaalityön sanasto. http://docs.google.com/gview?a=v&q=cache:GC0THgqRgXoJ:sty.stakes.fi/NR/rdonlyres/0C799961-C977-45DE-B0F6-7C92DA1D38B9/4014/http_wwwstakesfi_oske_terminologia_sanastot_sost.pdf (Viitattu 14.9.2009).
- Sulander, Tommi 2007:** Ikääntyneiden alkoholin käyttö tilastojen valossa. Teoksessa Anna Alanko & Ilka Haarni (toim.) Ikääntyminen ja alkoholi. 2. painos. Helsinki: Sininauhaliitto, 25 - 32.
- Sulkunen, Pekka & Törrönen, Jukka (toim.) 1997:** Semioottisen sosiologian näkökulmia: sosiaalisen todellisuuden rakentuminen ja ymmärrettävyys. Helsinki: Gaudamus.
- Suomen Kuntaliitto 2008:** Vanhusneuvostot kuntakartalla. Päivitetty 23.9.2008. http://www.kunnat.net/k_peruslistasivu.asp?path=1;29;353;11124;11139 (Viitattu 2.8.2009).
- Suomen vanhuuspoliittinen tavoite- ja strategiatoimikunta 1994:** Vanhuusbarometri. Sosiaali- ja terveysministeriö. Selvityksiä 1994:6. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.
- Särkelä, Antti 2001:** Välittäminen ammattina. Näkökulmia sosiaaliseen auttamistyöhön. Tampere: Vastapaino.

- Talentia 2005:** Arki, arvot, elämä, etiikka. Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet. Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia ry. Ammattieettinen lautakunta. www.talentia.fi (Viitattu 4.7.2009).
- Tampereen kaupunki 2008:** Vaarin eväät. Vanhustenhuollon arvioinnin ja kehittämistyön tueksi perustetun työryhmän mietintö. Lokakuu 2008. <http://www.tampere.fi/hallintojatalous/ydinprosessit/ikaihmiset.html> (Viitattu 23.6.2009).
- Tanner, Denise & Harris, John 2008:** Working with Older People. London: Routledge.
- Taylor, Brent A. & Bengtson, Vern L. 2001:** Sociological Perspectives on Productive Aging. Teoksessa Nancy Morrow-Howell, James Hinterlong & Michael Sherraden (eds.) Productive Aging. Concepts and Challenges. The Johns Hopkins University Press London: Baltimore, MD, 120 – 144. Elektroninen aineisto : Ebrary (Viitattu 15.3.2009).
- Tedre, Silva 2006:** Asunnon vangit - ulos pääseminen sosiaalisena ongelmana. Teoksessa Tuula Helne & Markku Laatu (toim.) Vääräyyskirja. Helsinki: Kelan tutkimusosasto, 161 - 171.
- Tiikkainen, Pirjo 2006:** Vanhuusiän yksinäisyys. Seuruututkimus emotionaalista ja sosiaalista yksinäisyyttä määrittävistä tekijöistä. Studies in Sport, Physical Education and Health 114. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Tikka, Marja 1994:** Omaelämäkerralliseen ikään. Gerontologia. Kasvun ja vanhenemisen tutkijat ry:n julkaisu 8, 158 - 165.
- Tikkanen, Tarja 2008:** Elinikäinen oppiminen - kohti aktiivista vanhuutta. Teoksessa Eino Heikkinen & Taina Rantanen (toim.) Gerontologia. 2. uusittu painos. Helsinki: Duodecim, 501 - 514.
- Tilasto- ja indikaattoripankki SOTKANet:** Ikäihmisten palvelujen laatusuosituksen seuranta-indikaattorit -> Palvelujen tarve -> Yksinasuvat. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. <http://uusi.sotkanet.fi/portal/page/portal/> (Viitattu 4.8.2009).
- Tilastokeskus:** Elinajanodote; päivitetty 18.8.2008. <http://www.stat.fi/org/historia/elinajanodote.html> (Viitattu 4.8.2009).
- Toikko, Timo (1997):** Psykososiaalinen lähestymistapa sosiaalityössä. Janus. Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön tutkimuksen aikakauslehti 5, 169 – 188.
- Tomperi, Tuukka 2005:** Johdanto. Teoksessa Paulo Freire: Sorrettujen pedagogiikka. Suom. Joel Kuortti. Toim. Tuukka Tomperi. Tampere: Vastapaino, 9 – 31.
- Tornstam, Lars 1982:** Resursbegreppet och åldrandet. Teoksessa Lars Tornstam, Birgitta Odén & Alvar Svanborg: Äldre i samhället – förr, nu och i framtiden. Del I: Teorier och forskningsansatser. Stockholm: Liber, 60 – 124.
- Tornstam, Lars 2005:** Åldrandets socialpsykologi. 7. (omarb.) uppl.. Stockholm: Norstedts Akademiska Förlag.
- Tuomi, Jouni & Sarajarvi, Anneli 2006:** Laadullinen tutkimus ja sisältöanalyysi. 4. painos. Helsinki: Tammi.
- Uotinen, Virpi, Rantanen, Taina, Suutama, Timo & Ruoppila, Isto 2006:** Change in Subjective Age among Older People over an Eight-Year Follow-Up: "Getting Older and Feeling Younger?" Experimental Aging Research 32, 381 - 393.
- Vaarama, Marja & Kaitsaari, Tuula 2002:** Ikääntyneiden toimintakyky ja koettu hyvinvointi. Teoksessa Matti Heikkilä & Mikko Kautto (toim.) Suomalaisten hyvinvointi 2002. Helsinki: Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimus- ja kehittämiskeskus, 120 - 148.
- Vaarama, Marja & Ollila, Kati 2008:** Koettu hyvinvointi ja elämänlaatu kolmannessa iässä. Teoksessa Pasi Moisio, Sakari Karvonen, Jussi Simpura & Matti Heikkilä (toim.) Suomalaisten hyvinvointi 2008. Helsinki: Stakes, 116 - 139.

- Valtioneuvosto 2002:** Valtioneuvoston selonteko Eduskunnalle kansalaisten suoran osallistumisen kehittymisestä 2.2.2002. Helsinki: Sisäasiainministeriö.
[http://www.intermin.fi/intermin/images.nsf/files/C93962CC359D6F51C2256B91003EDEE1/\\$file/osallisuusselonteko.pdf](http://www.intermin.fi/intermin/images.nsf/files/C93962CC359D6F51C2256B91003EDEE1/$file/osallisuusselonteko.pdf) (Viitattu 17.11.2009).
- Valtioneuvosto 2004:** Hyvä yhteiskunta kaikenikäisille. Valtioneuvoston tulevaisuusselonteko väestökehityksestä, väestöpolitiikasta ja ikärakenteen muutokseen varautumisesta. Valtioneuvoston kanslian julkaisusarja 27 / 2004. Helsinki: Valtioneuvoston kanslia.
- Valtonen, Anu 2005:** Ryhmäkeskustelut: millainen metodi? Teoksessa Johanna Ruusuvoori & Liisa Tiittula (toim.) Haastattelu. Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino, 223 - 241.
- Varto, Juha 1992:** Laadullisen tutkimuksen metodologia. Helsinki: Kirjayhtymä.
- Weckroth, Klaus 1988:** Toiminnan psykologia. Helsinki: Hanki ja jää.
- Wengraf, Tom 2004:** Qualitative Research Interviewing. Biographic Narrative and Semi-Structured Methods. London: Sage.
- Westerhof, Gerben J. & Tulle, Emmanuelle 2007:** Meanings of ageing and old age: discursive contexts, social attitudes and personal identities. Teoksessa John Bond, Sheila Peace, Freya Dittmann-Kohli & Gerben J. Westerhof (eds.) Ageing in Society. European Perspectives on Gerontology. 3rd edition. Thousand Oaks, CA: Sage, 235 - 254.
- WHO (World Health Organization) 2001:** International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF).
http://books.google.fi/books?id=pwb9ywSVKxwC&dq=ICF&printsec=frontcover&source=bn&hl=fi&ei=1GOES4vZC5HE-Qbcqumt-CA&sa=X&oi=book_result&ct=result&resnum=4&ved=0CBsQ6AEwAw#v=onepage&q=&f=false (Viitattu 1.2.2008).
- WHO & Stakes 2005:** Toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden kansainvälinen luokitus: ICF. Suomenkielinen laitos. Ohjeita ja luokituksia 2004:4. Helsinki: Stakes.
- Vilkko, Anni 1997:** Ikääntyminen, muistot ja koti. Teoksessa Antti Karisto (toim.) Vanhuus kaupungissa. Miina Sillanpään syntymän 130 - vuotisjuhlakirja. Porvoo, Helsinki, Juva: WSOY, 168 - 183.
- Vilkko, Anni 2000:** Elämänkulku ja elämänkulkukerronta. Teoksessa Eino Heikkinen & Jouni Tuomi (toim.) Suomalainen elämänkulku. Helsinki: Tammi, 74 - 85.
- Virnes, Eevaliisa & Häkkinen, Hannele 2000:** Vanhusneuvostot Suomessa ja eräissä muissa maissa. Helsinki: Suomen Kuntaliitto.
- Virtanen, Petri & Wennberg, Mikko 2005:** Prosessijohtaminen julkishallinnossa. Helsinki:Edita.
- Voutilainen, Päivi & Vaarama, Marja 2005:** Toimintakykymittareiden käyttö ikääntyneiden palvelutarpeen arvioinnissa. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimus- ja kehittämiskeskus. Raportteja 7/2005. Helsinki: Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimus- ja kehittämiskeskus.
- Yeung, Anne Birgitta 2002:** Vapaaehtoistoiminta osana kansalaisyhteiskuntaa: ihanteita vai todellisuutta? Tutkimus suomalaisten asennoitumisesta ja osallistumisesta vapaaehtoistoimintaan. Helsinki: Sosiaali- ja terveysjärjestöjen yhteistyöyhdistys.
- Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto 2007:** Tutkittavien informointi. Päivitetty 21.2.2007. <http://www.fsd.uta.fi/tiedonhallinta/osa3.html>. (Viitattu 1.5.2007; linkki päivitetty 25.3.2009).

- Ylinen, Satu 2008:** Gerontologinen sosiaalityö. Tiedonmuodostus ja asiantuntijuus. Kuopion yliopiston julkaisuja E. Yhteiskuntatieteet 155. Kuopio: Kuopion yliopisto.
- Ziersch, Anna M., Baum, Fran E., MacDougall, Colin & Putland, Christine 2005:** Neighbourhood life and social capital: the implications for health. *Social Science & Medicine* 60, 71 - 86.



KUTSU HAASTATTELUUN

Hyvä Poijun asiakas

Olen Anita Kostainen, vanhustyössä pitkään toiminut ammattilainen ja etsin **vapaaehtoisia tutkimushaastatteluun**. Tutkimukseni koskee onnistuneen ikääntymisen ja kotona asumisen edellytyksiä. Kyseessä on lisensiaattitutkimus, joka liittyy jatko-opintoihini Turun yliopiston sosiaalipolitiikan laitoksella. Tarkoitukseni on kehittää asiakaslähtöistä sosiaalialan vanhustyötä. Onnistuakseni tavoitteessani lähestyn Teitä **oman elämäne asiantuntijana**. Olen kiinnostunut kuulemaan elämäntilanteestanne, mitä ajattelette tulevaisuudesta sekä millaisia ikääntymisen voimavaroja tunnistatte itsessänne ja ympäristössänne.

Haastattelut **etenevät ehdoillanne**, mielellään kesän 2007 kuluessa. Haastattelun kesto on noin 1,5 tuntia ja haastattelukertoja tulee olemaan useampia. Keskustelut nauhoitetaan. Kaikissa tilanteissa turvataan haastattelujen ehdoton **luottamuksellisuus**:

- *tutkimuksen tekijä allekirjoittaa vaitiolositoumuksen,*
- *haastatteluissa esiin tulleet asiat raportoidaan tavalla, jossa Teitä tai muita keskustelussa mainittuja yksittäisiä henkilöitä ei voida tunnistaa,*
- *tutkimuksen valmistuttua äänitallenteet sekä nimi- ja osoitetiedot hävitetään.*

Jatkuu

Voitte ilmoittaa kiinnostuksenne haastatteluun viikon kuluessa tämän kirjeen saamisesta joko

soittamalla Anita Kostiaiselle, puh. xxx – xxx xxxx

TAI

postittamalla alla olevan yhteystietolomakkeen oheisessa kirje-kuoressa

TAI

toimittamalla alla olevan yhteystietolomakkeen suljetussa kirjekuoressa Vanhusten tuki- ja kohtaamispaikka Poijun palveluohjaajille.

Vastaan mielelläni kaikkiin tutkimustani koskeviin kysymyksiin.

Ystävällisin terveisin

Anita Kostiainen

puh. xxx – xxx xxxx

Tulen ottamaan Teihin yhteyttä. Kiitos yhteistyöstänne!



Leikkaa-----

Olen halukas osallistumaan haastatteluun / saamaan lisätietoja Anita Kostiaisen vanhustyön tutkimuksesta.

Nimi: _____

Osoite: _____

Puhelin: _____

E-mail: _____



KUTSU HAASTATTELUUN

Hyvä vanhuksen ulkoiluystävä / lähimmäisvapaaehtoinen

Olen Anita Kostiainen, vanhustyössä pitkään toiminut ammattilainen ja etsin **vapaaehtoistyössä mukana olevia ryhmähaastatteluun**. Tutkimukseni koskee onnistuneen ikääntymisen ja kotona asumisen edellytyksiä. Kyseessä on lisensiaattitutkimus, joka liittyy jatko-opintoihini Turun yliopiston sosiaalipolitiikan laitoksella. Tarkoitukseni on kehittää asiakaslähtöistä sosiaalialan vanhustyötä. Onnistuakseni tavoitteesani lähestyn Teitä **vanhusta lähellä olevana arjen asiantuntijana**. Olen kiinnostunut kuulemaan kokemuksianne kotonaan omatoimisesti^{*)} asuvien ikäihmisten elämäntilanteista ja voimavaroista sekä ajatuksianne vapaaehtoistyöstä kotona asumisen tukijana.

^{*)} (ei säännöllisiä henkilökohtaisen hoivan ja huolenpidon palveluja; voi kuitenkin olla siivous- tai muuta vastaavaa tukipalvelua)

Ryhmähaastattelu etenee keskustellen ja siihen osallistuu noin kuusi vapaaehtoista (ryhmiä voi muodostua kiinnostuksen mukaan useampiakin). Haastattelun kesto on noin 1,5 tuntia ja haastattelukertoja tulee olemaan kaksi. Keskustelut nauhoitetaan. Kaikissa tilanteissa turvataan haastattelujen ehdoton **luottamuksellisuus**:

- *tutkimuksen tekijä allekirjoittaa vaitiolositoumuksen,*
- *haastatteluissa esiin tulleet asiat raportoidaan tavalla, jossa Teitä ja muita keskustelussa mainittuja yksittäisiä henkilöitä ei voida tunnistaa,*
- *tutkimuksen valmistuttua äänitallenteet sekä nimi- ja osoitetiedot hävitetään.*

Jatkuu

Keskustelut käydään **aikatauluunne sovittelen** syyskyy 2007 lopulla – lokakuun 2007 alussa. Paikkana on Turun ja Kaarinan seurakuntayhtymän diakoniakeskus, Puutarhakatu 22.

Voitte ilmoittaa kiinnostuksenne haastatteluun maanantaihin 24.9.2007 mennessä

soittamalla Anita Kostiaiselle: puh. xxx – xxx xxxx (voi soittaa myös viikonloppuisin)

TAI

sähköpostitse: [anita.kostiainen\(at\)xxx.fi](mailto:anita.kostiainen(at)xxx.fi)

TAI

postittamalla alla olevan yhteystietolomakkeen osoitteella: Anita Kostiaisen, xxxkatu xx, 20xx0 Turku (korvaan postimaksun).

Vastaa mielelläni kaikkiin tutkimustani koskeviin kysymyksiin.

Ystävällisin terveisin

Anita Kostiaisen
puh. xxx – xxx xxxx



Kiitos yhteistyöstänne! Otan mielelläni Teihin yhteyttä!



Leikkaa-----

Olen halukas osallistumaan ryhmähaastatteluun / saamaan lisätietoja Anita Kostiaisen vanhustyön tutkimuksesta.

Nimi: _____

Osoite: _____

Puhelin: _____

E-mail: _____

LIITE 3. Haastattelujen toteutus

TAULUKKO 6. Kotona asuvien ikääntyvien haastattelujen toteutus

Päivämäärä	Tapahtuma	Haastattelun kesto/laajuus ⁽¹⁾	
21.02.2007	Tutkimuslupa: Turun kaupungin sosiaalikeskus, palveluosaston osastopäällikkö		
03.04.2007	Yhteistyökeskustelu Vanhusten tuki- ja kohtaamispaikka Poijun palveluohjaajien kanssa		
02.05.2007	Palveluohjaajien ohjeistus; yksilöhaastattelujen kutsukirjeet annettaviksi asiakkaille sopimuksen mukaan		
15.05.2007 24.05.2007 08.06.2007	H ₁ :n haastattelut palvelukeskuksessa	2 h 58 min.	25 sivua
23.05.2007 01.06.2007 29.08.2007	H ₂ :n haastattelut haastateltavan kotona	4 h 38 min.	32 sivua
12.06.2007 15.06.2007	H ₃ :n haastattelut haastateltavan kotona	3 h 42 min.	28 sivua
12.06.2007 28.08.2007	H ₄ :n haastattelut haastateltavan kotona	2 h 08 min.	18 sivua
14.06.2007 28.08.2007	H ₅ :n haastattelut haastateltavan kotona	3 h 13 min.	20 sivua
18.06.2007 26.06.2007	H ₆ :n haastattelut haastateltavan kotona	3 h 28 min.	19 sivua
Yhteensä		20 h 07 min.	142 sivua

¹⁾Puhtaaksikirjoitettu haastattelu: fontti 12, rivinväli 1,5

TAULUKKO 7. Fokusryhmähaastattelujen toteutus

Päivämäärä	Tapahtuma	Keskustelun kesto/laajuus ⁽²⁾	
13.02.2007	Tutkimuslupa: Turun ja Kaarinan seurakuntayhtymän diakoniakeskus, diakoniajohtaja		
06.09.2007	Yhteistyökeskustelu diakoniakeskuksen vapaaehtoistyön toiminnanohjaajan kanssa		
11.09.2007	Toiminnanohjaajan ohjeistus; kutsukirjeet ryhmäkeskusteluun postitettavaksi sopimuksen mukaan		
05.10.2007 12.10.2007	Fokusryhmä ₁ :n keskustelu (aamupäiväryhmä) diakoniakeskuksen kirjastohuoneessa Osallistujat: O ₁ , O ₂ , O ₃ , O ₄ , O ₅	2 h 55 min.	26 sivua
10.10.2007	Fokusryhmä ₂ :n keskustelu (iltapäiväryhmä) diakoniakeskuksen kirjastohuoneessa Osallistujat: O ₆ , O ₇ , O ₈ , O ₉	1 h 32 min.	17 sivua
Yhteensä		4 h 27 min.	43 sivua

²⁾Puhtaaksikirjoitettu haastattelu: fontti 12, rivinväli 1,5